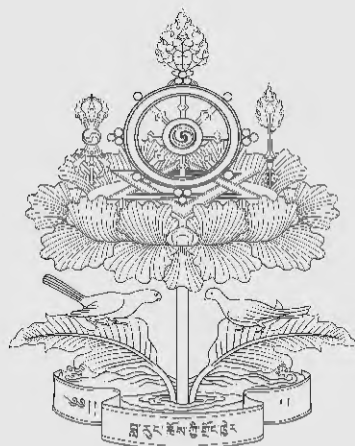


༣༡། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ལེན་འཛིན་དོན་གོ་སྒྲ་བར་རྒྱུ་བར་  
བཤད་པ་ནོར་བུ་གཏ་ཀ་སོགས་  
བཞུགས་སོ། །



ལ ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱལ་མཆོས་མཛད།



財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕྱག་འདེའདྲི་ཆོས་སྤྱི་ནད་ལུ་འབྲུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོང་བརྒྱུ་དམིགས་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ།



༄༅། ། གུན་མཁུན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

པོད་ཉི་ཤུ་པའི་

དཀར་ཆག

༡ མཚོད་པར་བརྗོད་པ་དང་རྩུམ་པར་

དམ་བཅའ་བ། ..... ༡

དང་པོ། ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་

དགོས་ཚུལ། ..... ༡

གཉིས་པ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་ཐུན་ཉིད་

བཤད་པ། ..... ༡

༡གཞི་བདེན་སྟོང་དུ་རྣམ་པར་གཞག་པ། ..... ༡

༡དངོས་བཤད་པ། ..... ༡

༡རྟོགས་བྱ་བ་དེན་གཉིས་དོས་བཟུང་བ། ..... ༡

༡རྟོགས་པ་པོ་གང་ཟག་གི་རིམ་པ་བསྟན་པ། ..... ༡༠

ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

འདི་ལྟར་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཚུལ་བཤད་པ།	༡༩
འཛོད་པ་སྒྲིང་བ།	༡༩
༡བརྗོད་བྱ་སྒྲིང་ཉིད་ལ་འཛོད་སྒྲིང་།	༡༩
༡གཞི་ལ་འཛོད་སྒྲིང་།	༡༩
༡འཛིག་རྟེན་པལ་བའི་འཛོད་སྒྲིང་།	༡༩
འདོན་སྒྲུབ་པའི་འཛོད་སྒྲིང་།	༡༩
༡ལུང་གི་འཛོད་སྒྲིང་།	༡༩
འདིགས་པའི་འཛོད་སྒྲིང་།	༡༩
འཁོམས་ཙམ་པའི་འཛོད་སྒྲིང་།	༡༩
༡རྣམ་བཤེན་པའི་འཛོད་སྒྲིང་།	༡༩
འརྣམ་རྒྱུ་པའི་འཛོད་སྒྲིང་།	༢༠
འལམ་ལ་འཛོད་སྒྲིང་།	༢༠
འའབྲས་བུ་གཞན་དོན་ལ་འཛོད་སྒྲིང་།	༢༡
འཛོད་བྱེད་ཐེག་ཆེན་ལ་འཛོད་སྒྲིང་།	༢༡
འདི་དག་གི་དོན་བསྒྲུབ།	༢༡
འལམ་བདག་མེད་ཏུ་གཏན་ལ་དབབ་པ།	༢༡



ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་ཀུ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བྱེད་ལས།	༡༡༡
རང་གི་ཚོས་བརྒྱད་མགོ་སྟོམས་པ།	༡༡༡
གཞན་ལ་བརྟེ་བ་རྩོལ་མེད་དུ་འབྱུང་བ།	༡༡༡
མཇུག་བྱང་།	༡༡༥
པར་གཞིའི་པར་བྱང་།	༡༡༥
༥ བཀལ་ལན་ཉིད་བྱེད་སྒྲུང་བ།	༡༡༩
༥ གཞན་གྱིས་བརྟེད་པའི་ལན་མདོར་བསྡུས་པ་རིགས་ལམ་	
རབ་གསལ་དེ་ཉིད་སྒྲུང་བྱེད།	༡༢༩

༄༅། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ལེའུའི་ཚིག་དོན་གོ་སླ་བར་རྣམ་བར་  
བཤད་བཞོན་སྤྱུ་ཀྱེ་ཏ་ཀ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་མཚུགས་ཡེ། འཕགས་མཆོག་འཇམ་དབལ་དགེས་པའི་འོད་ཟེར་ནི། །  
གང་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་གུ་སར་ལ་གནས་ཤིང་། །རྒྱལ་སྤྱོད་ཐུགས་སྤྱོད་པའི་དྲི་བསྐྱེད་  
ཐུགས་ཀྱི་མཐའ་། །ཁྱུ་མཛད་ཞི་བའི་ལྷ་དེར་གྲུས་ཐུག་འཇམ་ལ། །ཟབ་མོ་  
ཐེག་མཆོག་དཔུ་མའི་ལམ་བཟང་ཉིད། །རྒྱལ་བའི་མཐུད་དང་རང་གི་སྤྱོད་གོ་མས་  
ལས། །གཞན་དུ་སྤྱོད་ཆེན་བཅོམ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །རྟོགས་པར་དཀའ་  
ན་བདག་ལྟས་སྤྱོད་ཅི་དགོས། །འོན་ཀྱང་དམ་པའི་ལུང་གི་རྗེས་འབྲངས་ཏེ། །  
དངོས་སྤྱོད་པའི་ཐེག་པའི་སྤྱོད་ནས་མཁས་པའི་ལམ། །མཐོང་ཆོ་ཐུགས་འཛིན་  
གུ་གྱུའི་བགོད་པ་ཀྱུན། །རབ་སྐྱེད་སྤྱོད་གས་མེད་ཞི་བའི་གནས་འདིར་རྒྱ། །  
འདིར་འཕགས་པ་འཇམ་དབལ་གྱིས་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞིང་། །རྒྱལ་སྤྱོད་སེམས་  
དཔའི་སྤྱོད་པ་རྒྱ་མཚོ་ལ་རང་བྱུང་ཚུད་པའི་རྣམ་ཐར་ལུང་དུ་བྱུང་བའི་རོ་མཚར་  
གྱིས་ནོར་འཛིན་ཡངས་པའི་ཐ་གྲུ་རྒྱུ་པོར་བཅིང་བ་དཔལ་ལྷན་ཞི་བ་ལྷ་ཞེས་  
ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ལྷ་ནས་མཛད་པའི་བསྐྱེད་བཅོས་ཆེན་པོ་

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྱིད་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལེའུ་ནི་འདིར་བཤད་  
པར་བྱ་བའི་ཆོས་སོ། །

དེ་ཡང་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་དགོས་ཚུལ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་  
ཕྱིན་ཉིད་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ། གོང་དུ་རི་རྒྱད་བཤད་པའི་སྒྱིན་  
སོགས་ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། སྤུལ་བ་ཆེན་པོས་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
དོན་དུ་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་སྒྱིན་སོགས་ལྷ་མ་ལྷ་མ་རྒྱུར་བྱས་ནས་ཤེས་རབ་  
སྐྱེ་བས་ན་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཤད་པའང་ཡོད་མོད། འདིར་དོན་དུ་ཞེས་པ་  
ནི་གང་དུ་རྒྱལ་པོ་གསལ་དུ་ཆས་པ་ན་དཔུང་གི་ཆོགས་བཞི་ཡང་རྒྱལ་པོའི་  
དོན་དུ་འགོ་བ་བཞིན་དུ། འབྲས་ཡུམ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱི་དངོས་རྒྱ་ཐུན་མོང་མེན་པ་ནི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ཤེས་རབ་ཡིན་ཏེ། འདིས་  
སྐྱེ་བ་པ་གཉིས་སྒྲོང་ཞིང་མཁྱེན་གཉིས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་པ་བྱེད་པ་ཡིན་  
ཀྱི། པར་ཕྱིན་གཞན་གྱིས་དེ་མི་རུས་པར་མ་ཟད་པར་ཕྱིན་ལྷ་པོ་དེ་དག་ཤེས་  
རབ་ཀྱིས་བཟུང་ནས་གདོད་པར་ཕྱིན་གྱི་མིང་ཐོབ་ཅིང་སངས་རྒྱས་སུ་བགོད་  
པ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སྒྲོང་ཐུག་བརྒྱུ་པ་ལས།  
རབ་འབྱོར་འདི་ལྷ་སྟེང་བེར་ན། རྒྱ་ཁྲུང་རི་སྟེང་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་རྒྱ་ཁྲུང་ཆེན་པོ་གསལ་གསལ་བ་དེར་འདོང་ངོ། །དེ་དག་རྒྱ་ཁྲུང་གསལ་དང་  
འགོགས་ཤིང་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་འདོང་ངོ། །རབ་འབྱོར་དེ་བཞིན་དུ་  
པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལྷ་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པས་ཡོངས་སུ་ཟེན་ན་

ནུམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ག་ལ་བ་དེར་འདོང་ངོ་། །ཞེས་སོགས་སྐྱེ་  
 ཆེར་གསུངས་པ་བཞིན་ཏེ། མདོར་ན་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཐྱིན་པར་བྱེད་པ་ལ་དེའི་གྲོགས་སུ་སྐྱིན་སོགས་ཐབས་  
 གྱི་ནུམ་པ་འདི་ཀྱང་གསུངས་པས་ན་གཙོ་བོ་ཤེས་རབ་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་དོན་ཆེན་པོར་བརྟན་པ་ཡིན་ཅིང་། ཡན་ལག་འདི་དག་ཅེས་  
 པ་ལེའུ་འདིའི་གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་བསམ་གཏན་ལ་སྦྱར་བ་ཡོད་ཀྱང་  
 བར་ཐྱིན་ཀྱང་ལ་སྦྱར་དགོས་ཤིང་། ཡན་ལག་ཅེས་པ་དང་དོན་དུ་ཞེས་པའི་  
 ཆོག་གི་རྒྱས་པས་འདིར་ཤེས་རབ་ནི་གཙོ་བོར་བརྟན་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་གཞན་  
 དུ་གཟུང་བར་མི་བྱུང་། །རི་རྒྱུད་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་ན་འཁོར་  
 བའི་སྐྱུག་བསྐལ་ཅུང་ནས་ཞི་བར་འདོད་པ་ནུམ་པ་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་དེ་འབད་བས་བསྐྱེད་པར་བྱུང་། །

གཉིས་པ་ལ་གཞི་བདེན་སྟོང་དུ་ནུམ་པར་གཞག་པ་དང་། ལམ་བདག་མེད་  
 དུ་གཏན་ལ་དབབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་ཚུངས་སྟོང་གཉིས། དང་  
 པོ་ལ། རྟོགས་བྱ་བདེན་གཉིས་དོས་བཟུང་། རྟོགས་པ་པོ་གང་ཟག་གི་རིམ་  
 པ་བརྟན། རི་རྒྱར་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཚུལ་བཤད་པ་གསུམ། དང་པོ། འདི་  
 ལྟར་ཀྱང་བྱང་གིས་བསྐྱེས་པའི་ཆོས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོས་ཅན་རི་སྟེང་  
 པ་སྤང་ཅམ་ཀྱང་རྫོང་གི་བདེན་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་རི་རྒྱ་བསྟོང་ཉིད་དོན་དམ་  
 གྱི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གནས་པར་འདོད་དེ། ཡབ་སྐས་མཇལ་བའི་མདོ་ལས།

འཛིག་རྟེན་མཁྱེན་པའི་བདེན་པ་འདི་གཉིས་ཏེ། །ཁྱེད་ཀྱིས་གཞན་ལས་མ་  
གསུམ་རང་གིས་རིག། །དེ་ནི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་དང་དོན་དམ་སྟེ། །བདེན་པ་  
གསུམ་པ་གང་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །  
དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ནི་སྒྲུ་སྟགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་མེད་བཞིན་དེར་སྣང་བ་སྒྲུ་མ་  
དང་མི་ལམ་སྒྲུ་ཤད་ལྟ་བུའི་སྣང་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ལ། སྣང་བ་དེའི་རང་བཞིན་  
བརྟགས་ན་སྒྲུ་སྟགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་དབེན་པའི་གནས་རྒྱུ་དོན་དམ་པ་ཡིན་  
ཏེ། །འཇུག་པ་ལས། དངོས་ཀུན་ཡང་དག་རྒྱན་པ་མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་  
ཆེད་དོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར། །ཡང་དག་མཐོང་ལུལ་གང་དེ་དེ་ཉིད་  
དེ། །མཐོང་བ་རྒྱན་པ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་གསུངས། །ཞེས་སོ། །དེས་ན་  
དེ་ལྟ་བུའི་བདེན་པ་གཉིས་པོ་དེའང་དོན་དམ་པར་ཐ་དད་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་  
དུ་གཅིག་ཡིན་ན་སྒྲུ་ན་བཞི་བཞི་དག་གིས་གནོད་པར་འགྱུར་བ་དགོངས་པ་  
ངེས་པར་འགྲེལ་བའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། དོན་  
དམ་པ་དེ་ལ་འང་སྒྲུ་བ་དང་གནས་པ་སྟགས་བཀག་པའི་སྒྲུ་མེད་དང་གནས་  
མེད་སྟགས་མེད་དག་ག་ཙམ་གྱི་སྣང་བ་ནི་སྣང་ཉིད་ཆེན་པོ་མཐའ་བཞི་དང་  
བུལ་བ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཙམ་ཡིན་པས་རྣམ་གངས་པའི་དོན་དམ་མཁུ། མཐུན་  
པའི་དོན་དམ་ཞེས་བརྟུན་མཛད་དེ། རྒྱན་ལས། དམ་པའི་དོན་དང་མཐུན་པའི་  
ཐྱིར། །འདི་ནི་དམ་པའི་དོན་ཞེས་བྱ། །ཞེས་གསུང་སྟེ། དེ་ཞིག་ཐོག་མ་མེད་  
པ་ནས་དངོས་པོར་ཞེན་པ་གོམས་པ་རྣམས་ལ་མཐའ་བཞི་དང་བུལ་བའི་ཡེ་



ཤེས་སྒྲེ་བའི་སྐབས་མེད་པས་ཐོག་མར་དངོས་ཀྱི་དོན་དམ་པར་མེད་པ་ཙམ་  
 གྱིས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་སེམས་བྱུང་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་དགོས་པས་ན། རང་རྒྱུད་  
 བའི་གཞུང་ཐམས་ཅད་དུ་ནི། མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་སྤྱུ་གཟུགས་སོགས་མེད་  
 བར་བཀག་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད། བདེན་ཡོད་ཙམ་འགོག་པའི་མེད་རྒྱུད་  
 རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དུ་བཤད་པ་མཛད་ནས། དེ་ལས་སྤྱར་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་  
 གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་དུ་མི་བཞེད་དེ། རྒྱན་ལས། སྒྲེ་ལ་སོགས་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །སྒྲེ་བ་མེད་ལ་སོགས་མི་སྲིད། ཅིས་དང། བདེན་གཉིས་  
 ལས། ཡང་དག་ཏུ་ན་བཀག་མེད་གསལ། །ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ནའང་  
 གནས་སྐབས་ལམ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་སུ་དོན་དམ་པར་སྒྲེ་བ་མེད་  
 ཀྱང་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་སྒྲེ་བ་ལྟར་སྤྱང་བ་འགོག་མི་རུས་པས་ཆོས་རྣམས་ནི་ཀྱན་  
 རྫོབ་ཏུ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་པར་ཐུགས་དཔྱད་པའི་ཆད་མས་གྲུབ་ཅིང།  
 དེ་སྤྱང་བ་ལྟར་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པས་དགག་བྱ་ལ་དོན་དམ་གྱི་ཁྱད་པར་  
 སྤྱར་ཏེ་དོན་དམ་པར་མེད་ལ་ཀྱན་རྫོབ་པར་བསྐྱེད་ཏུ་ཡོད་དོ་ཞེས་འཆད་  
 བར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་བདེན་གཉིས་སོ་སོ་རང་སྐྱེ་མ་ཉམས་པར་བཞག་པ་  
 འདི་ལྟ་བུ་ནི་ལས་དང་པོ་བའི་སྒྲོ་དོར་ཅིས་ཀྱང་བདེ་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་བ་དཔོན་  
 ལེགས་ལྟན་འབྱེད་གྱིས། ཡང་དག་ཀྱན་རྫོབ་རྣམས་གྱི་སྐྱེས། །མེད་པར་  
 ཡང་དག་ཁང་ཆེན་གྱི། །སྤྱིང་དུ་འགོ་བར་བྱ་བ་ནི། །མཁས་ལ་རུང་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་

པའི་དབང་དུ་ན་ཀུན་རྫོང་པ་ཏུ་ཡོད་པ་དང་། འོན་དམ་པར་མེད་པ་ཞེས་ཡོད་པ་  
 དང་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་གཉིས་སོ་སོར་ཕྱོགས་སུ་ཆད་དེ་གནས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གང་སྣང་པའི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་འདི་ཉིད་སྟོང་ཞིང་། གང་སྟོང་པ་ཞིན་པ་  
 དེ་ཉིད་གཞུགས་སོགས་སུ་སྣང་པ་ཡིན་པས་ན་སྣང་སྟོང་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་  
 ཚེས་ཀྱི་དབྱིངས་སྟོ་འདོགས་སོགས་དང་བྲལ་བ་མཛོན་དུ་མ་བྱས་པ་དེ་སྤྱིད་  
 ཤེར་ཕྱིན་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་པས། དཔལ་ལྷན་ལྷ་པ་དང་ཞི་བ་ལྷ་ལ་  
 སོགས་པ་ནི། དང་པོ་ནས་མཐའ་བཞི་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སོ་སོ་རང་རིག་པ་  
 ཉིད་ཅུལ་དུ་འདོན་པར་མཛད་དེ། འདི་ལྟར་ཀུན་རྫོང་པར་མཚན་གྱིས་གྲུབ་  
 པ་དེའང་བཀག་པས་བདེན་གཉིས་སོ་སོར་འཛིན་པ་ཞེགས་ཏེ་སྣང་སྟོང་བྱེད་  
 དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བས་དོན་དམ་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་རྗེས་སུ་སོན་པའི་ལྷ་  
 བ་ཁས་ལེན་ཀུན་བྲལ་དུ་སོང་བའི་གནད་གྱིས་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ཕྱོགས་  
 ཐམས་ཅད་ཐལ་འགྱུར་གྱིས་འཛིན་པར་མཛད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཐལ་འགྱུར་ཞེས་  
 མཚན་དུ་ཆགས་སོ། །

མཁས་མཚོག་ལུ་སྟོན་ལ་སོགས་པས་ནི་ཐལ་རང་གི་བྱུང་པར་འདི་བོད་གྱི་  
 རྟོག་བཟོར་ཟད་དེ། རྒྱ་གར་དུ་མ་བྱུང་བར་མཛད་མོད། མཐར་ཐུག་གི་དོན་  
 ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་གཞུང་འཆད་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱུང་པར་ཡོད་དེ།  
 སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་གཞུང་ལ་ལེགས་ལྷན་གྱིས་དགག་བྲལ་དོན་དམ་  
 པའི་བྱུང་པར་མ་སྐྱར་བའི་སྟོན་བརྗོད་པ་ལྷ་བས་སུན་བྱུང་བ་ལྷ་བུའོ། །དེས་

ན་ཐལ་རང་གི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་དེ་དག་མཐར་ཐུག་གི་དགོངས་པའི་གནད་ལ་  
ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་ཅུལ་  
དུ་བཏོན་ཏེ་འཆད་ཚུལ་ཙམ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་པར་དཔུ་མ་རྒྱན་གྱི་རྣམ་བཤད་  
དུ་བལྟ་བར་བྱའོ། །དེས་ན་ཐལ་འགྱུར་བའི་སྐབས་འདིར་བྱང་འཇུག་སྒྲོས་  
བ་དང་བྲལ་བའི་དཔུ་མ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཅུལ་དུ་འདོན་པས་འདིའི་ལུགས་ལ་རྣམ་  
གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་མེད་པར་གྱེས་  
བར་བྱའོ། །

ཁ་ཅིག་གིས་འཇགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་མཆོན་  
ཉིད་པ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་སྒྲོས་བ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲུའི་སྒྲོང་ཉིད་བསྒྲོམ་  
བ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་དོན་དམ་མེད་དགག་ཙམ་དུ་བསྒྲོམ་པར་གསུངས་  
ཀྱང་། འདིར་སྒྲོང་བ་ཉིད་སྒྲོན་པའི་སྐབས་སུ་གཟུགས་ལ་སོགས་བ་དགག་  
བ་ནི་མེད་དགག་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། མ་ཡིན་པར་བཀག་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་ན་  
དངོས་པོར་ཞེན་པས་སྒྲོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་མི་རུང་བས་མེད་པར་དགག་བ་ཡིན་  
བ་ཞེན་དུ། ཉེན་འབྱུང་བསྐྱེད་ཏེ་སྒྲོང་བས་སྒྲོང་སྒྲོང་བྱུང་དུ་འཇུག་པས་ན་  
དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་འཛིན་སྒྲོངས་ཞིག་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ཆོས་རྣམས་  
སྒྲོང་བ་འདི་ཤེས་ནས། །ལས་དང་འབྲས་བུ་རྟེན་པ་གང་། །དོ་མཆོར་བས་  
ཀྱང་འདི་དོ་མཆོར། །མྱ་བྱང་བས་ཀྱང་འདི་མྱ་བྱང་། །ཞེས་དང་། རིམ་  
ལྡན་ལས། སྒྲོང་བ་དང་ནི་སྒྲོང་བ་དག །སོ་སོའི་ཆར་ནི་ཤེས་གྱུར་ནས། །གང་

དུ་ཡང་དག་འདེས་སྐྱར་བ། ཟུང་དུ་འཇུག་པར་དེ་བཤད་དོ། ཞེས་པ་བཞིན་  
 རོ། །ཁ་ཅིག་འདི་སྐྱེས་ལམ་གྱི་སྒྲོམ་ཡིན་གྱི། མདོའི་མིན་ནོ་ཟེར་ཡང་།  
 མཐའ་བཞི་དང་བུལ་བའི་ཟུང་འཇུག་དེ་ཡིད་དཔྱད་གྱིས་བསྒྲོམ་པ་དང་།  
 ཐབས་གྱིས་བཅན་ཐབས་སུ་ཤར་བའི་ཁྱད་པར་ཅམ་ལས་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་  
 ལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་མིན་ནོ། །དེས་ན་གནས་ལུགས་ལ་དཔྱད་པའི་སོ་སོ་སྟེ་  
 བོའི་དབྱད་སྒྲོམ་གྱིས་མཐའ་བཞི་ཅིག་ཆར་ཁེགས་པ་མིན་གྱང་། དེས་འཛོག་  
 གི་རྩལ་དུ་བཞི་ཆར་བཀག་ནས་དམིགས་མེད་གྱི་དོན་ཟུང་འཇུག་གི་དབྱིངས་  
 ལ་གོ་མྱོང་སྟེ་བར་མ་བྱས་ན། བས་གྱི་ས་བོན་ལས་འབྲས་གྱི་ལྷ་གྲུ་བཞིན་  
 དུ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་རྒྱ་མེད་དུ་སྟེ་བར་མི་འགྱུར་བས་ཆོག་སྟེ་དུ་  
 ཡང་ཅི་སྟེ་མི་བསྒྲོམ། དེ་མྱིར་དངོས་བོའི་གནས་རྩལ་དོན་དམ་པ་ནི་ཡོད་པ་  
 དང་། མེད་པ་དང་། གཉིས་ཀ་དང་། གཉིས་མིན་གྱི་མཐའ་ཀུན་དང་བུལ་  
 བས་ན་སྟོ་ཡི་སྟོད་ལུལ་མིན་ཏེ། སྟོ་དང་སྟེ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་མྱིར་རོ། །སྟོས་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་དམིགས་གཤིང་འདུ་བྱེད་པ་  
 དང་། སྟོས་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་གང་བརྗོད་པ་སེམས་དང་དག་གི་སྟོད་ལུལ་  
 དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་དེ་ནི་བརྟགས་ན་རྣམ་པར་དབེན་པས་སྦྱ་མ་བཞིན་དུ་སྟོང་  
 པ་ཡིན་གྱི་དབྱད་བཟོད་པ་ནམ་ཡང་མི་སྲིད་དོ། །དེས་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 གྱིས་མདོ་ལས། ལྷའི་བྱ་གལ་ཏེ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལུས་དང་དག་དང་  
 ཡིད་གྱི་སྟོད་ལུལ་དུ་གྱུར་ན་དེ་དོན་དམ་པའི་གངས་སུ་མི་འགོ་ཞིང་། ཀུན་

རྫོག་གྱི་བདེན་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་རོ། །ལྟའི་བུ་འོན་ཀྱང་དོན་དམ་པའི་བདེན་  
པ་ནི་ཐ་སྟོད་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པ་དང་། ཡང་དག་པར་མ་སྦྱེས་པ་དང་།  
མ་འགགས་པ་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་། རྗོད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་  
བྱ་དང་། ཤེས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཏེ། རི་སྤྱིད་ཏུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་མཆོག་  
དང་ལྟན་པའི་ཐམས་ཅད་མཆོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ནི་དོན་  
དམ་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། རྒྱུན་ལས་ཀྱང་། ཡང་དག་ཏུ་ན་  
སྦྱེས་པ་ཡི། ཆོགས་རྣམས་ཀྱང་ལས་དེ་གྲོལ་ཡིན། རྣམ་པར་རྟོག་ལ་བརྟེན་  
ན་ཡང་། ཀྱུན་རྫོག་ཏུ་འགྱུར་ཡང་དག་མིན། ཞེས་སོ། །དེ་ལ་འདིར་ཆོས་  
ཉིད་ཤེས་བྱ་མིན་པར་བརྗོད་པ་ནི། ཆོས་ཉིད་སྦྱོས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་  
པས་ན། དེ་ནི་སྦྱོས་དམིགས་པར་བྱར་མེད་པས་ཡིན་ཏེ། གང་ཡུལ་དང་ཡུལ་  
ཅན་ཏུ་མ་གྱུར་ཅིང་མཆོན་མ་གང་ཏུ་འང་མ་གྲུབ་པ་དེ་ལ་ཡང་དག་པར་ན་རི་  
ལྟར་ཤེས་བྱ་ཞེས་བརྗོད་དེ། བཅའ་མཁའ་མཐོང་ཞེས་སེམས་ཅན་ཆོག་ཏུ་རབ་  
བརྗོད་པ། བཅའ་མཁའ་རི་ལྟར་མཐོང་སྟེ་དོན་འདི་བརྟག་པར་གྱིས། དེ་ལྟར་  
ཆོས་མཐོང་བ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བསྟན། མཐོང་བ་དཔེ་གཞན་  
གྱིས་ནི་བསྟན་པར་རྣམས་མ་ཡིན། ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །

འོན་དོན་དམ་པ་དེ་འཇགས་པའི་སྦྱོས་ཀྱང་སྦྱོད་ཡུལ་མིན་ན། དེ་ལ་དམིགས་  
པས་སྤངས་རྟོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བ་ཡང་མི་འཐད་ལ། འཇགས་པའི་  
མཉམ་བཞག་གིས་དེ་མི་ཤེས་ན་དེ་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་ཡུལ་ཅན་མིན་པར་

འགྱུར་ཞིང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་བསམ་མིན་གྱི་བྱེད་པོ་དང་འདྲ་བར་ཁས་  
 གྲུངས་ཤིང་། གཞན་ཡང་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་ཤེས་བྱ་མིན་པར་འགྱུར་  
 བ་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པས་སྒོ་གཉིས་སྣང་གི་སྒྲིབ་ཡུལ་མིན་ཞེས་ཁྱད་པར་  
 མཛད་ནའང་། འདི་ནི་མིང་ཙམ་གྱིས་ངལ་བ་སྟེ། རི་སྐད་དུ། གང་ཆོ་སྟེ་མེད་  
 དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྒོ་ཡང་སྟེ་བ་དང་བུལ་བ། །དེ་ཆོ་དེ་རྣམ་རྟེན་ལས་དེ་ཡིས་  
 དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རི་ལྟར་སེམས་ནི་གང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་གྱུར་བ་  
 དེ་ཡི་ཡུལ། །དེ་ཡོངས་ཤེས་པ་དེ་བཞིན་ཐ་སྟངས་ཉི་བར་བརྟེན་ནས་རིག་པ་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐ་སྟངས་དུ་ནི་འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡུལ་  
 ཅན་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་བྱ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བཛྲོད་རུང་གི་ དོན་དམ་པར་གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་མཉམ་བཞག་གིས་  
 འདི་གཟུང་བྱའམ་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཟེར་ན་ཆོག་དེ་དངོས་ཤུགས་མི་འགལ་ལམ།  
 ཡང་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་ཤེས་བྱ་ཡིན་པས་དོན་དམ་ཤེས་བྱར་ཁས་  
 གྲུངས་པ་དེ་ཡང་རྣམ་གཅོད་དུ་ཡིན་ལ། འདིར་ཤེས་བྱ་མིན་པ་ནི་ཡོངས་གཅོད་  
 དུ་ཡིན་པས་མི་འགལ་ཏེ། ཡོངས་གཅོད་དུ་འང་ཤེས་བྱར་ཁས་ལེན་ན་སྟོང་  
 ཉིད་དངོས་པོར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པར་འགྱུར་བས། རྟོགས་སྒྲུབ་གཉིས་སོ་  
 སོ་ནས་ཀྱང་མིང་ལ་ངལ་བས་ཅི་བྱ་སྟེ་དོན་ལ་རྟོན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་འདྲའི་ཡུལ་བདེན་པ་གཉིས་པོ་དེ་ལ་རྟོག་པར་བྱེད་པ་པོའི་  
 རྟོགས་སམ་སྟེར་གྱུར་པའི་འཛིན་རྟེན་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་མཐོང་སྟེ། ཞི་ལྟ་ག་

གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་རྣམ་འབྱོར་འཛིག་རྟེན་དང་། མི་ལྡན་པ་འཛིག་རྟེན་  
 གལ་པ་གཉིས་ཏེ། སྤང་པོ་གསུམ་པ་ནི་མེད་དོ། །དེ་ལ་འཛིག་རྟེན་གལ་པ་འི་  
 མཐོང་བ་ལ་ནི་རྣམ་འབྱོར་པ་འི་འཛིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་ཅིང་། རྣམ་འབྱོར་པ་  
 རང་གསེས་ལ་འང་གནས་ཚུལ་མཐོང་བ་འི་སྒྲིའི་བྱུང་པར་གྱིས། གོང་མ་གོང་མ་  
 རྣམས་གྱིས་འོག་མ་འོག་མ་འི་མཐོང་དོན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་ལ་གཞོད་ཅིང་ཟེལ་  
 གྱིས་གཞོན་ཏེ། གནས་ལུགས་མཐོང་བ་འི་སྒྲོ་ཇེ་བཟང་དུ་གྱུར་པས་ན་གང་  
 ལ་ཚད་མ་དང་ལྡན་པ་དེས་འོག་མ་སྤྱན་འབྱེན་རྩལ་གྱི་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 མིག་ནི་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་དམིགས་པ་ཡིས། །རབ་རིབ་མེད་ཤེས་ལ་གཞོད་  
 མིན་ཇི་ལྟར། །དེ་བཞིན་དྲི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤངས་པ་འི་སྒྲོས། །དྲི་མེད་སྒྲོ་ལ་  
 གཞོད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་སོ། །དེ་ཡང་དབེར་ན་འཛིག་རྟེན་གལ་པ་ས་  
 དངོས་པོ་རྟག་གཅིག་དུ་རྟོག་པ་ལ་བྱེ་མདོ་བ་རྣམས་གྱིས་རྩལ་དང་རྒྱན་ཅིག་  
 མར་མཐོང་བས་གཞོད་ལ། དེའི་རྩལ་བྲན་བདེན་པར་འདོད་པ་ལ་སེམས་  
 ཅོམ་པས་སྦྱེས་ལ་འདྲ་བ་འགོག་པས་གཞོད་པ་དང་། དེའི་སེམས་བདེན་གྲུབ་  
 ལ་དབུ་མའི་གཅིག་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་པས་གཞོད་ཅིང་བསལ་བ་བཞིན་ནོ། །  
 དེས་ན་ཇི་སྟེང་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པ་འི་མཐའ་ཁས་ལེན་པ་དེ་སྟེང་དུ་གཞོད་  
 པ་དང་བཅས་ཤིང་། གང་མཐར་འཛིན་ཐམས་ཅད་ཞིག་པ་དེ་ལ་སྦྱོན་མེད་  
 པས་ཇི་ལྟར་གཞོད་དེ་ནམ་མཁའ་མཚོན་གྱིས་མི་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན།  
 ང་ལ་ཁས་ལེན་མེད་པས་ན། །ང་ནི་སྦྱོན་མེད་ཁོ་ན་ཡིན། །ཞེས་པ་བཞིན་དཔུ་

མ་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་དེ་བཞིན་ཉིད་གངས་ལ་ཐེབ་པས་ན་སུས་  
ཀྱང་ཐེལ་གྱིས་མི་ལོན་ཞིང་ཕྱོགས་གཞན་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་མར་གྱུར་པ་  
ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ནི། རྣལ་འབྱོར་པས་ཕལ་པའི་སྤོ་ལ་རི་ལྟར་གནོད་དེ་འཛིག་རྟེན་  
ཕལ་པ་ནི་སྤྱོ་སྟགས་མངོན་སུམ་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་ཞེན་ཅིང་། ཅིག་ཤོས་དེ་  
ལས་ལྷོག་པས་ན་ཕན་ཚུན་གནོད་པར་འགྱུར་པ་ནི་མིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་  
དངོས་ཀྱི་མི་བདེན་པར་འདོད་པ་དང་། བདེན་པར་འདོད་པ་གཉིས་ཀས་  
ཀྱང་ཐུན་མོང་དུ་རྒྱུ་པར་འདོད་པའི་དཔེ་སྐྱུ་མ་དང་མི་ལམ་ལ་སྟགས་པ་འདི་  
སྣང་ནི་སྣང་ཡང་། བདེན་པར་མ་གྱུ་བ་པ་ཡིན་པས་ན་འདི་བཞིན་དུ་གཟུགས་  
སྟགས་དངོས་པོ་ཀུན་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པར་འཛིག་རྟེན་ཕལ་པའི་ངོར་  
བསྐྱབ་པར་རུས་གིང་། སྣང་བ་ན་མི་བདེན་པས་བྱུང་བས། སྣང་ཡང་བདེན་  
པར་གྱུ་བ་པའི་དཔེ་མཐུན་སྣང་དུ་གྱུ་བ་པ་མེད་པས་ན། འཛིག་རྟེན་པས་རྣལ་  
འབྱོར་པ་ལ་དངོས་པོ་བདེན་པར་ནམ་ཡང་བསྐྱབ་མི་རུས་སོ། །ཆོས་ཐམས་  
ཅད་མི་བདེན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་སྤྱོན་སྟགས་ལམ་ལའང་སྤྱོད་པར་མི་རིགས་  
ཉི་སྐྱུ་མའི་རྟ་ཉི་བའི་ངལ་བ་ལྟ་བུ་འདིས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ནི་འབྲས་བུ་ལམ་  
དགོས་པའི་དོན་དུ་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པར་འཇུག་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ། །དགོས་  
པ་ཅི་ཡིན་སྟུམ་ན། འདིར་འཁོར་འདས་ཀྱི་སྣང་ཆ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ནི་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་བསྐྱེད་དུ་ཡོད་པ་དེས་ན་རི་སྤྱིད་གཟུང་འཛིན་གྱི་



འབྲུག་པ་དབྱིངས་སྤྱུ་མ་རྒྱུ་གྱི་བར་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྣང་བ་འདི་རྒྱན་  
མི་འཆད་ཅིང་ཕན་གཞོན་བྱེད་པ་ཡིན་པས་རང་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་ཞིང་  
ཕན་བདེའི་ཐབས་སྤྱུ་ལམ་འདི་ལ་བརྩོན་པ་ཡིན་གྱི། འདིར་ལམ་དང་འབྲས་  
སྤྱུ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་སྤྱུ་མའི་དཔུང་ཆེན་པོ་སྤྱུ་ལ་ནས་དགའི་  
འཛིགས་པ་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱུ་སྤྱུ་གཉིད་དུ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་བ་  
སད་པའི་ཐབས་ལ་བརྩོན་པ་བཞིན་ནོ། །

འོན་ཀྱང་འཕྱོར་བ་དང་ཕལ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་མཐུན་པར་སྣང་བའི་དངོས་པོ་  
འདི་ལ་ཅི་ཞིག་རྩྱུ་རྒྱུ་ན། སྣང་བའི་དངོས་པོ་ཅམ་ལ་ཡོད་མེད་དུ་རྩྱུ་བ་  
མིན་ཏེ་སྣང་བའི་རང་རྩུལ་འགོག་པའི་དཔུ་མ་བ་སྤྱུ་ཡང་མེད་དོ། །དངོས་པོ་  
མཐོང་བ་ན་འཛིག་རྟེན་པ་རྣམས་ནི་མཐོང་བའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཡང་དག་པ་  
སྟོང་དམ་པར་གྱུ་བ་བར་རྟོགས་པར་བྱེད་གྱི། སྣང་ཡང་མི་བདེན་པ་སྤྱུ་མ་  
སྤྱུ་སྤྱུའི་རང་བཞིན་དུ་མི་འདོད་པས་ན་དེ་གཉིས་རྩྱུ་དོ། །གཉིས་པ་རྩྱུ་དོ་  
ལ། བརྗོད་བྱ་སྟོང་ཉིད་ལ་རྩྱུ་དོ་སྣང་དང་། རྩྱུ་དོ་བཟུང་ཆེན་ལ་རྩྱུ་དོ་སྣང་།  
དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུ་བ་གསུམ། དང་པོ་ལ། གཞི་དང་ལམ་དང་འབྲས་སྤྱུ་ལ་  
རྩྱུ་དོ་སྣང་གསུམ། དང་པོ་ལ། འཛིག་རྟེན་ཕལ་བ་དང་། དོན་སྤྱུ་བ་དང་།  
སེམས་ཅམ་པའི་རྩྱུ་དོ་སྣང་གསུམ། དང་པོ་ འཛིག་རྟེན་ཕལ་བ་རྣམས་འདི་  
སྤྱུ་མ་དུ། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་མངོན་སྤྱུ་མ་གྱིས་གྱུ་བ་  
པ་འདི་སྤྱུ་ན་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བདེན་སྤྱུ་ན། གཞུགས་སོགས་ནི་མངོན་སྤྱུ་མ་

ཉིད་དུ་ཐུང་ཏོ་ཞེས་པ་འདི་ཡང་མ་བརྟགས་པར་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་  
 པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། བརྟགས་ཤིང་དབྱད་ན་ཚད་མས་དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འཆད་པར་འགྱུར་བ་ལྟར་དབང་དོན་ལྷན་དང་མ་ལྷན་བརྟག་པ་ལ་སོགས་པས་  
 འགོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་གཞུགས་སོགས་སུ་གྲུབ་པར་བཞག་པ་དེ་  
 བི་དབེར་ན་ལུང་མེད་གྱི་ལུས་མི་གཙང་བ་དང་མི་རྟག་པ་སོགས་ཡིན་པ་ལ།  
 གཙང་བ་དང་རྟག་པ་སོགས་སུ་འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱན་པ་ཡིན་  
 རོ། །གཉིས་པ་ལ་ལུང་རིགས་ཀྱི་ཚོད་སྤོང་གཉིས་ལས། དང་པོ། དོན་སྒྲིབ་  
 རྣམས་འདི་སྟུམ་དུ། དངོས་པོ་ནི་བདེན་པར་ཡོད་དེ་སངས་རྒྱུས་གྱིས་གཞི་  
 ལུང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་ཡོད་པར་གསུངས་ཤིང་། ལུང་པོ་དེའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་  
 སྐད་ཅིག་མར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་སྟུམ་ན། རྟོན་པས་སྤང་ཚུལ་ཅམ་ལ་དགོངས་  
 བས་དེ་ལྟར་གསུངས་ཤིང་། དགོས་པ་སྤོང་ཉིད་རྟོགས་མི་རུས་པའི་འཛིག་  
 རྟེན་པ་དག་ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་རིམ་གྱིས་གཞུགས་པའི་ཆེད་དུ་དངོས་པོ་ཡོད་  
 པར་བརྟན་པ་སྟེ། རྒྱལ་བས་བདག་དང་བདག་གི་ཞེས། །དགོས་པའི་དབང་  
 གིས་གསུངས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ལུང་པོ་སྒྲེ་མཆེད་ཁམས། །དགོས་པའི་  
 དབང་གིས་གསུངས་པ་ཡིན། །ཞེས་སོ། །ཡང་དག་པའི་དོན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དུ་ནི་ལུང་སོགས་དེ་དག་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མིན་ཏེ་གཅིག་དང་དུ་མ་  
 གང་དུ་འང་མ་གྲུབ་ཅིང་སྒྲེ་འགག་མེད་པ་དེ་ལ་སྐད་ཅིག་དུ་གྲུབ་པ་ག་ལ་ཡོད་  
 དེ་མེད་དོ། །དེ་དག་ན་རེ། སྐད་ཅིག་མ་དེ་དོན་དམ་མིན་ན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་

ཆམ་པར་བཞག་པ་འགྲེལ་ཏེ་དེས་ན་བདེན་པ་གཉིས་ཀ་མིན་པར་འབྱུང་རོ། །  
 དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཏེ་འཕྲུལ་འགྲེལ་ཞེན། རིགས་པ་དང་ལུང་གཉིས་ཀྱིས་འགྲེལ་  
 ཏེ། དང་པོ་ཀུན་རྫོབ་ནི་ཐུན་མོང་དུ་སྒྲུབ་དུ་བྱུང་བ་བྱིས་པའི་ཡང་སྒྲིད་ཡུལ་  
 དུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། འཛིག་རྟེན་པ་ཆམས་ནི་སྤྲོའི་བུམ་པ་བྱེད་མ་  
 ཞིག་པའི་རྟག་པར་འདོད་ཅིང་སྐད་ཅིག་མར་མི་འདོད་ལ། དེས་མཐོང་བར་  
 མི་རྣམས་པས་ཀུན་རྫོབ་མིན་ཞིང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་མར་  
 མཐོང་བ་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་བདེན་པ་མཐོང་བར་གསུངས་པ་མིན་ནམ་  
 ཞེན། འཛིག་རྟེན་པས་ཀྱང་བུམ་སྟགས་རྟག་པར་མཐོང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཀྱང་  
 འདྲ་བ་གཞན་འབྱུང་བའི་འབྲུལ་རྒྱས་རྟག་པར་འབྲུལ་པ་སྒྲིས་པ་ཡིན་པས་  
 འཛིག་རྟེན་རང་ག་མའི་སྒྲོས་སྐད་ཅིག་མར་མ་ཤེས་ཀྱང་། ཐ་སྐད་ཀྱི་གནས་  
 ཚུལ་སེམས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྐད་ཅིག་མར་མཐོང་ཞིང་དེས་  
 བ་ན་སྐད་ཅིག་མ་དེ་ནི་ཀུན་རྫོབ་སྒྲུབ་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པས་བདེན་  
 གཉིས་གང་དུ་འང་མ་འདུས་པའི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །འཛིག་རྟེན་ལས་པའི་སྒྲོ་  
 རྟག་འཛིན་ལ་ལྟོས་ན་སྐད་ཅིག་མར་མཐོང་བ་དེ་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ་ཐ་  
 སྐད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བས་སོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་གཞན་དུ་འཛིག་རྟེན་  
 ལ་ལྟོས་ནས་དེ་ཉིད་མཐོང་མ་མཐོང་གི་བྱུང་བར་མེད་ན། འཛིག་རྟེན་པས་  
 བྱུང་མེད་གཙང་བར་བཟུང་བ་འདིས། མི་སྤྲུག་པ་གོ་མས་ཤིང་བྱུང་མེད་མི་  
 གཙང་བར་དེས་པར་རྟོགས་པ་ལའང་གཞོན་པར་ཐལ་ཏེ། སྒྲོ་དེ་གཉིས་ལ་དེ་

ཉིད་མཐོང་མ་མཐོང་གི་བྱད་པར་མེད་པས་སོ། །དེ་ལྟ་ནའང་མི་གཙང་པར་  
 མཐོང་པས་གཙང་འཛིན་ལ་གཞོད་ཀྱི་ཚུར་ནམ་ཡང་མི་གཞོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཉིས་པ་རིགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་རྒྱ་མ་ལྟ་བུ་མི་བདེན་པའི་སངས་རྒྱས་  
 ལ་མཚོད་པས་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཇི་སྟེ་འབྱུང་ཞེན། རྒྱ་མ་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་  
 བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་སངས་རྒྱས་མཚོད་པ་ལས་བསོད་ནམས་རྒྱ་མ་ལྟ་བུ་  
 བྱི་འབྱུང་པར་འབྱུང་ཏེ། ཇི་ལྟར་ན་ཁྱོད་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡོད་ལ་མཚོད་  
 པས་བསོད་ནམས་དངོས་ཡོད་ཅིག་འབྱུང་པར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་ཡིན་ཏེ།  
 བསོད་ནམས་དང་སངས་རྒྱས་དངོས་པོར་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཅམ་གྱི་བྱད་པར་ལས་  
 བསོད་ནམས་འབྱུང་མི་འབྱུང་ལ་བྱད་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་གལ་ཏེ་  
 སེམས་ཅན་རྒྱ་མ་འདྲ་ན་རྒྱ་མའི་རྟ་གྲང་འགགས་པ་སྤྲར་མི་སྤྱེ་བ་བཞིན་དུ་  
 ཤི་བའི་འོག་དུ་ཡང་ཇི་ལྟར་སྤྱེ་བར་འཐད་ཅིན། ཇི་སྟེད་དུ་རང་རང་སྤང་བའི་  
 རྒྱུ་ཚོགས་པར་གྱུར་བ་དེ་སྟེད་དུ་རྒྱ་མའི་སྤང་བའང་མི་ལྟོག་པར་འབྱུང་བ་  
 ཡིན་ན། ལས་ཉོན་སོགས་སེམས་ཅན་སྤྱེ་བའི་རྒྱ་ཚོགས་པ་མ་ལྟོག་པ་དེ་སྟེད་  
 དུ་སེམས་ཅན་ཀྱང་ཅི་སྟེ་མི་སྤྱེ། དེས་ན་རྒྱ་མའི་སྤང་བ་འགགས་པ་སྤྲར་མ་  
 སྤྱེས་པ་ནི་རྒྱའི་ཚོགས་པ་ལོག་པས་ཡིན་ལ། སེམས་ཅན་ནི་ད་ལྟའི་སྟེད་པ་  
 འགགས་ཀྱང་སྟེད་པ་གཞན་པར་མ་ཆད་དུ་འཁེབ་པའི་རྒྱ་ཚོགས་པ་ཆད་པས་  
 རྒྱུ་མི་ལྟོག་པ་ཡིན་གྱི། འདི་གཉིས་ལ་བདེན་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་གྱི་བྱད་པར་  
 ཡོད་པ་མིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ནའང་སེམས་ཅན་ནི་འཁོར་བ་ཐོག་མཐའ་མེད་པས་

ཡུན་རིང་ལ། ལྷ་མ་ནི་དེ་འདྲ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་དེ་གཉིས་མི་མཚུངས་  
 སོ་སྟམ་ན། འདི་གཉིས་མཚུངས་པར་འདོག་པ་ནི་ཡུན་རིང་གྲུང་སོགས་སྒོ་  
 ཀྱན་ནས་འདྲ་བར་བཞག་པ་མིན་ལ། ལྷ་མ་རིང་ངམ་གྲུང་ཡང་རུང་སྟེ་སྒྲུང་  
 ཡང་བདེན་པས་སྒྲུང་པའི་སྒོ་ནས་འདྲ་བར་བཞག་གོ། དེའི་བྱིར་སེམས་ཅན་  
 ལྷ་མ་རིང་བ་ཙམ་གྱིས་ཇི་ལྟར་ན་བདེན་པ་ཡོད་དེ། ལྷ་མ་རིང་ཡང་ལྷ་མ་ལོག་  
 པས་ཡིན་གྱི་སྒྲུ་བྱིའི་སྒྲིང་པ་སོ་སོ་གཞན་དང་གཞན་འབྱུང་བ་དག་ལ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་བྱུང་མེད་དེ། འདི་ལྟར་ལྷ་མ་འི་རྟ་གྲང་སོགས་ལོ་  
 བརྒྱར་སྒྲུང་ཡང་རུང་། ཡུད་ཙམ་དུ་སྒྲུང་ཡང་རུང་མི་བདེན་པར་བྱུང་མེད་པ་  
 བཞིན་ནོ། །ཡང་གཞན་དེ་དག་འདི་སྟམ་དུ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལྷ་མ་འི་སྒྲེས་  
 སྤྱད་འདྲན་ཇི་ལྟར་ལྷ་མ་འི་སྒྲེས་སུ་བསང་གྱང་སྒོག་གཅོད་གྱི་དངོས་གཞི་  
 མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་བསང་གྱང་སྒོག་བཅད་པའི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་  
 ལ། དེ་བཞིན་དུ་མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་དང་། བརྒྱད་བརྟེན་སོགས་གཞོད་པ་  
 དང་། ཟས་གོས་བྱིན་པ་སོགས་གྱིས་ཕན་པར་ཡང་མི་འབྱུར་བས་གཞི་དེ་ལས་  
 དགོ་སྒྲིག་འབྱུང་བ་མི་འབྱུང་དོ་སྟམ་ན། ལྷ་མ་འི་སྒྲེས་སུ་གསོད་སེམས་གྱིས་  
 ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་བསང་བ་དང་བཙོམ་པར་སྒྲུང་བ་དག་ལའང་། རང་གི་  
 རན་སེམས་གྱི་དབང་གིས་སྒྱུར་བའི་ཉེས་པ་ཙམ་ལས་སྒོག་གཅོད་པ་སོགས་  
 དངོས་གཞིའི་སྒྲིག་པ་འབྱུང་བ་མེད་དེ། དེའི་ལྷ་མ་ཚན་ལྷ་མ་འི་སྒྲེས་སུ་ལ་ཕན་  
 གཞོད་གྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་བའི་སེམས་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། གང་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་སེམས་

དང་ལྷན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ནི་ལན་པ་དང་གཞོན་པ་བྱས་པ་ལས་  
བསོད་ནམས་དང་སྒྲིག་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་དེ་གཉིས་ལ་བདེན་རྒྱུ་གྱི་བྱུང་བར་ཡོད་པ་མིན་ཏེ་སེམས་ཡོད་མེད་  
གྱི་བྱུང་བར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏྲུ་མའི་སྒྲིམ་བྱ་དང་སེམས་ཅན་མི་བདེན་  
བར་འདྲ་བཞིན་དུ་གཅིག་ལ་སེམས་ཡོད་པ་དང་གཅིག་ལ་མེད་པ་མི་འཐད་  
ལ། གང་སེམས་ཅན་ལ་སེམས་ཡོད་པ་དེ་བྱིར་སྒྲུ་མ་དང་འདྲ་བ་མིན་ནོ་སྒྲུ་  
ན། སེམས་ཅན་ལ་སེམས་ཡོད་ཀྱང་སེམས་དེ་ཉིད་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས།  
དེས་བདེན་བར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་སྒྲུ་མའི་སྒྲགས་དང་རྫས་སྒྲགས་  
རྣམས་ལ་སྒྲུ་མའི་སེམས་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་སེམས་  
འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་ལས་བྱུང་བ་དེ་ནི་བདེན་ཞིང་། ཅིག་ཤོས་མི་བདེན་  
བར་གཞག་མི་རུས་ཏེ། ལྷ་ཚོགས་པའི་རྒྱ་སྐྱོ་སྐྱོ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་མ་དེའང་  
ཚུལ་གཅིག་མིན་པར་ལྷ་ཚོགས་སུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི། རྒྱུན་གཅིག་གིས་  
འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ་ཅོག་ཀུན་རུས་པ་འཛིག་རྟེན་གང་ནའང་སྤྱིད་པ་མིན་ནོ། །  
དེས་ན་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཆར་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པས་སྒྲུལ་  
གྱི། རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་མེད་པས་སྒྲུ་མ་དང་བྱུང་ཅི་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་  
སྒྲུ་མའི་རྟ་དང་བ་ལང་དུ་སྒྲུང་བ་ལ་རྩ་ཡོད་མེད་དུ་སྒྲུང་བའི་བྱུང་བར་ཡོད་ཀྱང་  
བདེན་རྒྱུ་བྱུང་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་བྱུང་འདས་དངོས་པོར་འཛིན་པ་  
རྣམས་ན་རེ། བྱིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་ན། འཁོར་བའི་ཚོས་ཐམས་

ཅད་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་གྱིས་མཉམ་པར་འདས་ཡིན་ལ། སྤྱི་སོགས་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད་ཅན་ལམ་པ་ནི་ཀྱུན་རྫོབ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན། མཉམ་པར་འདས་དང་ལམ་པ་འདི་  
 གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་ཀྱང་སྤྱིར་ལམ་པ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ་ལམ་པ་བཟད་ནས་མཉམ་པར་འདས་ཐོབ་པ་མིན་པར་ལམ་པ་ཉིད་  
 མཉམ་པར་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སྤྱད་པ་སྤྱོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྤྱོད་པ་པོ་དེ་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་  
 ལས་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་  
 གི་མཉམ་པར་འདས་དང་། སྤྱོད་པར་བྱེད་པའི་མཉམ་པར་འདས་ལ་བྱུང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་འབྲས་སུ་སོ་སོ་སྤྱང་བའི་རྒྱུ་རྣམས་རྒྱུ་མ་ཆད་ན། ལམ་པ་བར་  
 མ་བཟད་སྤྱི་མཐུན་སྤྱང་བའང་མི་ལྟོག་མོད། རྒྱུ་རྣམས་རྒྱུ་མ་ཆད་ན་ཀྱུན་རྫོབ་  
 ཏུ་འང་མི་འབྱུང་ན་དོན་དམ་པར་ལྟ་ཅི་སྤྱོད་ལ། དེའི་ཕྱིར་ལམ་པ་བར་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་  
 མ་རིག་པ་ས་ཐོན་དང་བཅས་པ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དྲུང་  
 བས་འཕྱིན་པར་མཛད་པ་རྣམས་ནི་ལམ་པ་མི་འགྱུར་ཏེ་རྒྱ་མེད་པས་སོ། །  
 སངས་རྒྱས་འཛིག་རྟེན་དུ་བལྟམས་པ་སོགས་ནི་ལམ་པ་བསྐྱས་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། སྤྱོན་ལས་དང་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་དྲུག་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་སྤྱོད་པས་ལས་མིག་འབྲུལ་ལྟ་བུའི་མཛད་པ་  
 སྤྱོན་གྱང་ཆོས་ཀྱི་དབྱེད་ལས་གཡོ་བ་ནམ་ཡང་མི་སྤྱིད་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་  
 པ་ལ། རྣམ་བཤེན་རྒྱུ་ཀྱི་ཚུངས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ། རྣམ་རིག་སྤྱི་བ་

ནམས་ན་རེ། འདི་ལྟར་བྱི་ནང་གི་དངོས་པོར་སྤང་བ་འདི་དག་ནི་སྐྱེ་ཤང་དང་  
 མི་ལམ་གྱི་སྤང་བ་བཞིན་དུ་བྱི་དོན་དུ་བདེན་པར་མེད་ཀྱང་ནང་གི་བག་ཆགས་  
 གྱི་བྱད་པར་ལས་གནས་དོན་ལུས་གྱི་སྤང་བ་སྤྱོད་ཆོག་པར་སྤྲོན་བ་ཞིག་སྟེ།  
 དེའི་བྱིར་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་ནི་མེད་ཀྱང་སེམས་ནི་ཡོད་དེ། མི་ལམ་ན་ཡང་སྤྱོད་  
 སོགས་གྱི་ཉམས་སྤོང་འཛིན་པར་གྲུབ་པས་སོ་སྤྲུམ་དུ་བསམས་ཏེ། བྱོད་དཔུ་  
 མ་བ་ལྟར་ན། གང་ཆེ་འབྲུལ་པའི་ཡུལ་བྱི་དོན་མེད་པར་མ་ཟད། འབྲུལ་  
 པའི་སྤྱོད་ཡང་ཡོད་པ་མིན་ན། ཡུལ་སྤྱོད་མ་ལྟ་བུ་གང་གིས་དམིགས་པར་འབྱུར་  
 ཏེ་ཡུལ་ཅན་མེད་པས་སོ་ཟེར་ན་རེ་ཞིག་མགོ་བསྐྱེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། གང་  
 ཆེ་སེམས་ཅམ་བ་བྱོད་ལ་སྤྱོད་མ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་དོན་དུ་གྲུབ་པ་མེད་ན། དེ་ཆེ་སྤྱོད་  
 ཡོད་དུ་ཟེན་ཀྱང་དམིགས་བྱ་ཅི་ཞིག་དམིགས་ཏེ། དམིགས་བྱ་ཡུལ་དང་  
 དམིགས་བྱེད་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་མེད་ན་དམིགས་པར་  
 མི་སྤྱིད་པས་སོ། །གལ་ཏེ་བདག་ཅག་གི་ལུགས་ལ་ཡུལ་གཏན་ནས་མེད་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། མི་ལམ་གྱི་ཏྲ་སྤང་བཞིན་དུ་ཡུལ་དོན་གྱི་གོ་ས་དེ་ཉིད་དུ་དོན་བཅས་  
 ངོ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་དམིགས་བྱ་ཞིག་ཡོད་དོ། །དེ་གང་ཞེན། ཡུལ་  
 གྱི་རང་བཞིན་དུ་སྤང་བའི་གཟུང་བའི་རྣམ་པ་དེ་ནི་སེམས་ཉིད་ཡིན་གྱི་དོན་  
 ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེན། གང་ཆེ་སེམས་དེ་ཉིད་དམིགས་བྱ་སྤྱོད་མ་ལྟ་བུའི་དོན་ཡིན་  
 ན། དེ་ཆེ་ཡུལ་གང་ཞིག་ཡུལ་ཅན་གང་གིས་མཐོང་སྟེ། དེ་གཉིས་གཅིག་  
 ཡིན་པས་མཐོང་མི་ཤེས་སོ། །རྩི་ལྟར་མི་མཐོང་སྤྲུམ་ན། འཛིག་རྟེན་གསུམ་



གྲི་མགོན་པོ་སངས་རྒྱས་བཙུག་པོ་ལྟ་བུ་འདས་གྲིས་ཀྱང་སེམས་གྲིས་སེམས་མི་  
མཐོང་བར་གསུངས་ཏེ། ཇི་ལྟར་ན། རལ་གྲིའི་སྐྱོ་རང་གིས་རང་མི་གཙོང་  
བ་དང་། སྐྱོ་མེད་ཅེ་མོས་རང་ལ་མི་རེག་བ་དང་། ཡང་ཐོར་ཅན་རང་གི་ཐུག་  
བ་ལ་ཞོན་པར་མི་རྒྱས་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་ཀྱང་རང་གིས་རང་མི་མཐོང་ངོ་། །  
དེ་སྐད་དུ་ཡང་གཙུག་ན་རིན་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས། འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་རལ་  
གྲིའི་སྐྱོ་དེ་ཉིད་གྲིས་རལ་གྲིའི་སྐྱོ་དེ་ཉིད་གཙོང་བར་མི་རྒྱས་བ་དང་། སྐྱོར་  
མེད་ཅེ་མོ་དེ་ཉིད་གྲིས་སྐྱོར་མེད་ཅེ་མོ་ལ་རེག་བར་མི་རྒྱས་བ་དེ་བཞིན་དུ།  
སེམས་དེ་ཉིད་གྲིས་སེམས་དེ་ཉིད་མཐོང་བར་མི་རྒྱས་སྐྱོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །  
འདིའི་གནད་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གང་ཡང་སེམས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ན་ཆོད་  
བདེན་གྲུབ་ཀྱི་སེམས་ཆ་མེད་གཅིག་ལ་བལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དང་གཉིས་སུ་གྲུབ་པ་  
ཉམས་ཏེ། གང་ཡུལ་དུ་སྒྲུབ་བ་ན་དེ་ཉིད་རང་མིན་ལ། གང་མ་སྒྲུབ་ན་གསུང་  
བྱུང་མི་རེག་ས་བསའོན་དམ་པར་ཤེས་བས་རང་རེག་པ་ཞེས་བཤད་བཅུག་ས་  
པ་ཙམ་སྟེ་ཡང་དག་པ་ནི་མིན་ནོ། །སེམས་ཙམ་པ་ན་ལེ། རང་གིས་རང་རེག་  
པ་ནི་ཅི་སྟེ་མེད། འདི་ལྟར་དཔེར་ན་སྤྱུ་སྐྱོ་གསལ་གཞན་གསལ་བར་བྱེད་  
བའི་མར་མེ་དེ་ནི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་གཞན་ལ་མི་སྟོན་པར་རང་གིས་རང་  
གསལ་བར་བྱེད་པ་བཞིན་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན། མར་མེས་རང་གིས་རང་གསལ་  
ཞེས་པ་འདི་འང་ཐ་སྙད་ཙམ་ལས་ཡང་དག་པར་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལྟར་མར་  
མེ་ལ་སྤྱུ་གྲིས་བསྐྱེད་ས་པ་མེད་ན་དེ་མར་མེས་ཇི་ལྟར་གསལ་བར་བྱ་སྟེ།

གསལ་བྱ་མེད་ཀྱང་གསལ་བྱེད་དུ་འགྱུར་ན། མར་མེ་འདི་ཉི་ལྔ་ལ་སོགས་  
བའི་གསལ་བྱེད་དུ་འགྱུར་ན་འད་དེ་མི་འདོད་བའི་བྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་མར་  
མེས་རང་གིས་རང་ལ་བྱ་བ་འཇུག་ན་མུན་བས་ཀྱང་རང་གིས་རང་སྐྱིབ་བར་  
ཐལ་ལ། དེ་ལྟར་ན་སུམ་སོགས་མཐོང་བའི་གོགས་མུན་བ་བསྐྱབས་ནས་མི་  
སྣང་ན་སུམ་སོགས་སྣང་བར་ཐལ་ལོ། །

ཡང་དེ་དག་འདི་སྟུམ་དུ། གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་གཞན་དུ་མེད་ཀྱང་རང་གི་  
ངོ་བོས་གསལ་བ་ནི་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་བེདྲུང་སྟོན་པོ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོན་  
ངོ་ཉིད་དུ་ངེས་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཤེལ་དཀར་པོ་སྟོན་པོར་འགྱུར་བ་འོག་གཞིའི་  
རས་སོགས་ལ་ལྟོས་བ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ལྟོས་མེད་དུ་རང་ཉིད་  
སྟོན་བ་བེདྲུང་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ལ་ལྟོས་ནས་སྟོན་བ་ཤེལ་ལྟ་བུ་གཉིས་ཡོད་  
བ་དེ་བཞིན་གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་ཉིད་ཀྱང་ཕན་ཚུན་ལྟོས་བ་གཞུགས་དང་  
མིག་ཤེས་ལྟ་བུ་དང་། གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་དུ་ལྟོས་བ་མེད་  
ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གསལ་བ་རང་རིག་བའང་མཐོང་ངོ་ཞེ་ན། དཔེ་མ་གྲུབ་  
སྟེ། བེདྲུང་སྟོན་བ་གཞན་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་སྟོན་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྟོན་པོར་སྣང་  
བའི་རྒྱ་རྒྱེན་གྱི་ཚོགས་བ་གཞན་གྱིས་སྟོན་པོར་བྱས་བ་ཡིན་གྱི། རྒྱ་རྒྱེན་  
གཞན་ཅི་ལའང་མི་ལྟོས་བར་རང་གིས་རང་ཉིད་སྣང་སྟོན་པོ་མེན་བ་ལ་བྱིས་  
སྟོན་པོར་བྱས་བ་ནི་མི་སྤིང་དེ། ཇི་སྤིང་སྟོན་པོ་མེན་བ་དེ་སྤིང་དེ་རང་བཞིན་

གྱིས་སྒྲོ་བ་ཉམས་ལ། སྒྲོན་པོ་ཡིན་ན་དེའི་རྒྱ་གཞན་སྒྲོན་དུ་སོང་བས་ཁྱབ་  
 གྱི། སྒྲོན་པོ་རང་ཉིད་གྱིས་སྒྲོན་པོར་སྤྲུང་ཡང་བྱ་བ་ནི་མི་སྤྲོད་དོ། །དོན་ཡང་  
 མ་གྲུབ་སྟེ། མར་མེ་ནི་རང་གིས་རང་གསལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་མར་མེ་ལས་  
 གཞན་དོན་རིག་གི་ཤེས་པས་ཤེས་ཏེ་རྫོང་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན། སྒྲོ་ནི་རང་  
 ཉིད་གྱིས་རང་གསལ་ལོ་ཞེས་ཤེས་པ་གང་གིས་ཤེས་ནས་དེ་སྤྲོད་བརྫོང་པ་  
 འཐད་དེ། ཤེས་པ་རང་གིས་རང་གསལ་བར་ཤེས་མཁན་དེ་ཤེས་པ་ཁོ་རང་  
 ཡིན་ནམ། དེ་ལས་ཤེས་པ་གཞན་ཞིག་ཡིན། དང་པོ་མི་འཐད་དེ་སྤྲུང་སྤྱི་  
 དབྱེད་བྱ་ཡིན་པས་མ་གྲུབ་ལ། ཤེས་པ་ལས་གཞན་པའི་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་  
 དེ་ཤེས་དགོས་ན་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་ཤེས་པར་ཡང་མི་སྤྲོད་དེ། དུས་མི་  
 མཉམ་ན་ནི་འགགས་པ་དང་མ་སྦྱེས་པའི་ཡུལ་མི་ཤེས་ཤིང་། དུས་མཉམ་པ་  
 ན་པན་རྩྭ་སྟོན་པ་མེད་པས་ཤེས་མི་སྤྲོད་དོ། །དེས་ན་གང་ཆོག་གཞན་དབང་  
 གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་རང་གིས་མི་མཐོང་ལ། རང་ལས་གཞན་པ་དག་  
 གིས་ཀྱང་མི་མཐོང་བས་ན། དེ་གསལ་བའམ་མི་གསལ་བ་ཞེས་ཁྱད་པར་  
 དབྱེད་པ་ནི་དོན་མེད་དེ། ཁྱད་གཞི་མཐོང་མ་མྱོང་བ་ལ་ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་  
 རྣམ་པར་བཞག་པ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་མོའི་ལུས་ཀྱི་འགྱུང་བག་དང་སྤྲུང་བ་ནི་  
 འདི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་རྣམ་བཞག་བྱེད་པ་དང་འདྲའོ། །ཡང་རྣམ་རིག་སྤྱོད་པས་དེ་  
 ལྟར་མཛོན་སྤྲུལ་ཆོད་མས་བདེན་པར་སྤྱོད་པ་ལུས་ནས། སྤྲུང་རྗེས་སྤྲུང་བག་  
 པས་རང་རིག་ཡོད་པར་སྤྱོད་པ། གལ་ཏེ་ཤེས་པ་རང་གིས་རང་ཉམས་སྤྱོད་

མྱོང་བའམ། རང་རིག་པ་ཡོད་པ་མིན་ན། སྤར་ཉམས་སུ་མ་བྱུངས་ན་གྱིས་  
 དྲན་པ་སྐྱེ་མི་སྲིད་དེ་རྒྱ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་བཞིན་ཡིན་པ་དེས་ན་སྤར་ཡུལ་སྡོ་  
 སོགས་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་དྲན་པ་བཞིན་དུ་སྡོ་སོགས་ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་ཡུལ་  
 ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་ད་ལྟ་དྲན་པ་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་པ་འདི་རིམ་ལྔར་འཐད་  
 ཟེར་ན། ད་ལྟ་སྡོ་འཛིན་རྣམ་ཤེས་དྲན་པ་ནི་སྤར་སྡོ་འཛིན་རང་གིས་རང་མྱོང་  
 བའི་འབྲས་ཏྲགས་མིན་ཏེ། གཞན་སྡོ་སོགས་ཡུལ་མྱོང་བ་དེ་དང་ཡུལ་ཡུལ་  
 ཅན་གྱི་འབྲེལ་པ་ལས་ད་ལྟ་ཡུལ་ཅན་སྡོ་འཛིན་ཀྱང་དྲན་པར་འགྱུར་ཏེ། འདིར་  
 སྡོན་པོ་དང་བུལ་བའི་སྡོ་འཛིན་ཡན་གར་བའི་ནམ་ཡང་དམིགས་པ་མིན་པས་  
 བ། བམ་སྤར་ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་སྡོན་པོ་དྲན་པ་ན་དེ་འཛིན་བྱེད་ཡུལ་ཅན་  
 གྱི་རྣམ་པ་དྲན་པའི་རྟོག་པའང་སྐྱེ་བ་ཡིན་གྱི། སྡོན་པོ་ལས་ལོགས་སུ་ཆད་  
 བའི་སྡོ་འཛིན་ཞིག་སྤར་ཉམས་སུ་མྱོང་བས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དཔེར་ན་དཔྱན་དུས་དུག་ཅན་གྱི་བྱི་བས་སྐྱགས་པ་ན་སྐྱགས་པ་ཅམ་མྱོང་  
 གི་དེ་དུས་དུག་ཉམས་སུ་མ་བྱུངས་ཀྱང་། སྤར་དབྱིད་འབྲུག་གི་སྐྱས་དུག་  
 བསྐྱངས་པར་གྱུར་པ་ན་སྤར་མ་དང་མཉམ་དུ་བདག་ལ་དུག་ཁྱགས་སོ་ཞེས་  
 སྤར་གྱི་དུག་ལ་དམིགས་པའི་ཤེས་པ་གཏོད་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་འདི་ལྟར་  
 ཞིག་ནས་བསྐྱབས་ནས་རྣམ་གནས་སྡོང་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་གཞན་དག་དང་  
 ལྷན་པ་ནི། གཞན་གྱི་སེམས་དག་ཀྱང་མཐོང་བའི་ཐྱིར་ན་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བ་རང་  
 ཉིད་རང་ལ་ཅི་ཐྱིར་མི་གསལ་ཏེ། རིང་བའི་སྐྱ་མཐོང་ན་ཉེ་བའི་ཐག་པ་མཐོང་

དེས་པ་བཞིན་ནོ་ཟེར་ན། དེར་མ་དེས་ཏེ་གསང་སྤྱོད་གསལ་ལོགས་པས་གྲུབ་  
པར་གྱུར་པའི་མིག་སྒྲུབ་མིག་ལ་བསྒྲུས་པའི་སྒྲུབ་པ་ལས། ས་འོག་ན་གནས་  
པའི་གཏེར་གྱི་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་བསྒྲིབས་ཤིང་ཆོད་པ་རྒྱུར་རིང་པོའི་སྒྲུབ་  
ཡུལ་མཐོང་ཡང་། ཤིན་ཏུ་ཉེ་བ་མིག་སྒྲུབ་ཉིད་མཐོང་པར་འགྱུར་བ་མིན་པ་  
བཞིན་ནོ། །

ཡང་ན་བུམ་པ་དང་མིག་སྒྲུབ་དོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་མིན་པས་ན་སྒྲིབ་གཞན་  
ལྟར་བ་གཞན་མཐོང་གི་དཔེར་སོང་བས་རང་མཐོང་གི་དཔེར་མི་རུང་བར་མ་  
ཟད་གཞོད་དོ་ཞེས་འཆད་པ་དག་ཀྱང་སྤྱང་དོ། །དེ་ལ་རྣམ་རིག་སྒྲུབ་ན་རེ།  
ཤེས་པ་ཉིད་གསལ་ཞིང་རིག་པ་མིན་ན་རང་མིག་གསལ་བས་གཞན་ཡང་གསལ་  
མི་རུས་ལ། དེ་ལྟར་ན་མིག་གིས་མཐོང་བ་དང་། རྣ་བས་ཐོས་པ་དང་། ཡིད་  
ཀྱིས་ཤེས་པའི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ཀྱན་གསལ་  
རིག་གི་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་གཞག་བྱ་དགོས་ཀྱི་གཞན་དུ་དེ་མི་སྤྱིད་  
པའི་སྤྱིར་ཞེན། རི་ལྟར་མཐོང་ཐོས་དང་ཤེས་པ་འདི་དག་མ་བརྟགས་ཉམས་  
དགའ་བ་ཙམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བརྗོད་ན་ནི། འདིར་དགག་པ་མིན་ཏེ་དེ་  
དགག་མི་རུས་ལ་དགག་ཀྱང་མི་དགོས་པའི་སྤྱིར། འོ་ན་ཅི་ཞིག་འགོག་ཅི་  
ན། འདིར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ་དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་དེར་ཞེན་གྱི་བདེན་  
པར་རྟོག་པ་བསྒྲོག་བྱ་ཡིན་ནོ། །འདིར་མཐོང་བ་མངོན་སྲུང་དང་། ཐོས་པ་  
གང་ཟག་གཞན་ནམ་ཡང་ལས་དང་། ཤེས་པ་རྗེས་དཔག་ཆད་མའི་སྒྲོ་ནས་

བཞག་པའི་ཐ་སྙད་ལ་འགྲེལ་བས་བཤད་དོ། །མདོར་ན་རང་རིག་པ་འགོག་  
 པ་ནི་དོན་དམ་པར་འགོག་པ་ཡིན་གྱི་ལེ་ཤོ་ལོ་ལས་ལོག་ཙམ་ལ་ཐ་སྙད་དུ་རང་  
 རིག་པར་འདོགས་པའི་ཚུལ་དེ་འགོག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཀག་ན་རང་སྤྱོད་  
 ལ་སྒྲིག་དུ་གྱུར་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་རང་གཞན་གྱི་སྤྱོད་ཤེས་པས་གཅོད་  
 ཚུལ་ལ་བྱུང་མེད་དུ་ཐལ་བ་དང་། རང་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་བྱེད་མི་རིགས་  
 པ་དང་། མཐར་དོན་རིག་གི་ཐ་སྙད་ཀྱང་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་བ་སོགས་  
 རིགས་པའི་དབང་ཚུགས་གིས་ཇི་སྟོང་གསུངས་པས་གཞོད་ཅིང་། རང་རིག་  
 འགོག་པའི་རིགས་པ་ཇི་སྟོང་པ་ཐམས་ཅད་ཡུང་སོགས་འགོག་པའི་རིགས་  
 པ་བཞིན་དུ་དོན་དམ་པར་འགོག་གི་ཐ་སྙད་དུ་བཀག་པའི་གཏན་མེད་མ་ཡིན་  
 པར་ཤེས་དགོས་ཤིང་། ལྷགས་འདིར་ཐ་སྙད་དུ་འང་རང་རིག་ཀུན་གཞི་ཁས་  
 མི་ལེན་ཟེར་ཡང་འདིར་ཐ་སྙད་དུ་ནི་དགག་བའང་མེད་ལ་རྒྱུ་བ་བའང་མེད་  
 གྱི་དོན་དམ་པར་བཀག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་དབུ་མ་པ་ཡིན་  
 བ་ཀུན་གཞི་ཁས་ལེན་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཀུན་གཞི་ནི་རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་ཡིན་  
 ཟེར་ཡང་ལེགས་པར་མ་བཟགས་པ་སྟེ། ཀུན་གཞི་བདེན་གྱུ་བ་ཏུ་ཁས་མ་  
 གྲངས་ན་ཐ་སྙད་དུ་ཁས་གྲངས་པས་དབུ་མའི་ཚུལ་ཅི་ཞིག་ཉམས། ཐ་སྙད་  
 དུ་ཁས་ལེན་མི་རུང་བ་ནི་ཐ་སྙད་དཔྱད་བྱེད་གྱི་ཆད་མས་གཞོད་པ་སྤྱི་ཏྲག་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། དོན་དམ་པའི་རིགས་པས་བཀག་ཆད་ཁས་མི་  
 ལེན་ན་ཡུང་ཁམས་སྟེ་མཆོད་ཀྱང་གཏན་མེད་དུ་ཁས་གྲངས་དགོས་སོ། །དེ་

ཕྱིར་ཐལ་འགྲུར་བའི་གཞུང་དུ་ཀུན་གཞི་དོན་དམ་པར་བཀག་གི་ཐ་སྟོན་དུ་  
མི་འགོག་གྲང་དེའི་རྣམ་གཞག་མཛད་དེ་སྒྲུབ་པའང་མིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
རང་རིག་ཐ་སྟོན་དུ་ཁས་ལེན་པ་ནི་རྟོག་གའི་བག་ཆགས་གོམས་པའི་དབང་  
གིས་ཡིན་གྱི་ཁས་སྒྲུབ་པར་མི་བྱ་ཆེར་བའང་གྱིན་སྟེ། དོན་དམ་པ་གཏན་  
ལ་འབབས་པ་ལ་རང་རིག་དང་ཀུན་གཞི་མི་དགོས་མོད། ཐ་སྟོན་གྱི་རྣམ་  
བཞག་དཔྱོད་པ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་ཞིང་ཐ་སྟོན་དཔྱོད་པའི་ཚད་མས་གྲུབ་ན་  
དེ་ཐ་སྟོན་དུ་མེད་ཅིས་འགོག་པའི་རིགས་པ་ནི་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་རིགས་པ་  
ཅི་སྟེ་མེད། རྒྱ་གྲགས་ཞི་ལྟ་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་ན་རི་སྟེད་ཅིག་བཤད་པ་  
འདི་མ་མཐོང་ངམ་ཞེན། དེ་དོན་རིག་ལའང་མཚུངས་སོ། །མི་མཚུངས་ཏེ་  
དོན་རིག་ནི་ཐ་སྟོན་དུ་མི་འགོག་གོ་ཞེན། བདེ་སོགས་རང་གིས་ཉམས་སྦྱ་  
མྱུང་བ་ཡང་ཐ་སྟོན་དུ་རི་ལྟར་འགོག་སྟེ་མི་འགོག་གོ། །

དེས་ན་སེམས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པ་ལ་རང་རིག་པ་མི་འཐད་གྲང་བདེན་  
མེད་དུ་འདོད་པ་ལ་རང་རིག་པའི་ཐ་སྟོན་གིན་ཏུ་འཐད་པར་ཡང་གེས་པར་  
བྱ་སྟེ་རི་བཞིན་རྟོགས་པ་ནི་སྒྲུབ་ཡང་ཉུང་དོ། །གཉིས་པ་རྣམ་རྒྱུན་པའི་རྩྱུང་  
སྟོང་ནི། གལ་ཏེ་རྣམ་རྒྱུན་པ་རྣམས་འདི་རྣམ་དུ་ཕྱི་དོན་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲུབ་པ་  
སྒྲུམ་ལྟ་བུ་འདི་སེམས་ལས་གཞན་ཕྱི་རིམ་གྱི་དོན་དུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཕྱི་  
དོན་མི་འགྲུབ་པོ། །འོན་ནང་གི་སེམས་ཉིད་དེར་སྒྲུབ་ངམ་སྒྲུམ་ན་དེའང་མིན་  
ཏེ། སེམས་དང་གཞན་མིན་པའམ་གཅིག་ཡིན་ན་སེམས་གཅིག་པ་ཆ་མེད་

དུ་གྲུབ་པ་ཉམས་པ་དེས་ན་འདི་མཁའ་ལ་སྒྲ་ཤད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ལྟར་གཞི་མེད་  
 ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཙམ་དུ་འདོད་དེ་སེམས་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་རང་  
 བཞིན་ཤེལ་སྒྲོང་དག་པ་བཞིན་དུ་གནས་སོ་སྟམ་ན། ཁྱེད་སེམས་དངོས་པོར་  
 འདོད་ན་ནི་རི་ལྟར་ན་རྣམ་པ་དེ་གཞན་མིན་ཏེ་རྣམ་པ་དངོས་པོ་མེད་པར་འདོད་  
 བས་དངོས་དངོས་མེད་ཀྱི་གཞི་མཁུན་མི་སྲིད་པས་སོ། །གཞོད་པ་དེར་དོགས་  
 རས་སེམས་ལས་གཞན་ཡང་མིན་ནོ་ཟེར་ན་སེམས་ཀྱང་དངོས་པོར་མེད་པར་  
 ཐལ་ཏེ་དངོས་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་གཅིག་ཡིན་པས་སོ། །གཉིས་ཀ་མིན་  
 བར་ཁས་སྤངས་པས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀའི་སྒྲོན་མེད་དོ་སྟམ་ན་ཤིན་ཏུ་མྱོངས་  
 ཏེ། གཞན་མིན་ཞེས་པས་གཅིག་ཏུ་ཁས་སྤངས་ལ། གཞན་མིན་པའང་མིན་  
 ཞེས་དགག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྣལ་མ་གོ་བས་གཞན་ཡིན་པར་ཁས་སྤངས་པས་  
 འགལ་བ་གཞི་གཅིག་ལ་འདུ་བས་མི་འཐད་ཅིང་དངོས་པོ་ལ་དེ་གང་རུང་ལས་  
 འོས་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱ་བོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་ལལ་ཆེ་བ་ལྟར་ན། རྩོ་སོགས་རྣམ་པ་དེ་དངོས་པོ་ཡིན་  
 ན་ནི་རི་ལྟར་དེ་སེམས་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྤྱོད་ན་དུ་མི་འགྱུར། གཞན་མིན་  
 ན་སེམས་ཀྱང་དངོས་པོར་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འབྲུག་ཉེར་བར་མཛད་  
 དོ། །སེམས་དངོས་པོར་མེད་ན་ལྟ་བུར་དུ་མི་རུང་སྟམ་ན། རི་ལྟར་ཁྱེད་སྒྲུ་  
 མ་ལྟ་སྤྱི་སྤྱོད་ན་བདེན་པ་མིན་ཀྱང་བལྟ་བུ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དེ་བཞིན་ཡིད་  
 ཀྱང་སྒྲུ་མ་ལྟ་སྤྱི་བདེན་མེད་ཡིན་ཀྱང་ལྟ་བུར་དུ་འཐད་དོ། །གོང་དུ་དགག་



པ་དང་འདིར་སྐྱབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་སོ། །གལ་ཏེ་འཁོར་བ་འདི་ནི་གཞན་  
 དབང་གི་སེམས་དངོས་པོར་གྲུབ་པའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་ན་ནམ་  
 མཁའ་བཞིན་དུ་ཅི་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་གྱི་འཁོར་བའི་སྒྲུང་བ་འདི་འབྱུང་མི་  
 རིགས་ཏེ། རྟེན་གཞི་མེད་པས་ན་འཛིན་པ་མེད་པའི་བྱམ་པ་དང་། སྐྱལ་མ་  
 མེད་པའི་སྐྱམ་བུ་བཞིན་ནོ་སྐྱམ་ན། འཁོར་བ་འདི་དངོས་པོ་ཡིན་ན་སེམས་  
 དང་གཅིག་གམ་ཐ་དད། གཅིག་ན་འབྲལ་མི་རུང་ལ། གཞན་ན་སེམས་ཅམ་  
 གྱི་གྲུབ་མཐའ་ཉམས་པས་དངོས་མེད་དུ་འདོད་མོད། དེ་འབྲེལ་འཁོར་བ་  
 དངོས་མེད་ལ་དོན་བྱེད་པ་མེད་པས་དེ་དངོས་པོར་གྲུབ་པའི་སེམས་ལ་བརྟེན་  
 པར་གྱུར་པས་ན། འཛིང་གྲོལ་གྱི་དོན་བྱེད་པར་ཅི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་རི་བོང་གི་  
 རུ་ལག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་ས་ཤོ་བ་མི་སྲིད་པ་བཞིན་དངོས་མེད་ནི་གང་  
 ལའང་བརྟེན་པ་མིན་ཏེ། གལ་ཏེ་བརྟེན་པར་གྱུར་ན་རྒྱ་འབྲས་གྱི་དངོས་པོར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་གཞན་དུ་མཁའ་འདྲ་ཞེས་པ་ལ་ལོ་ལ་གཞོད་པ་སྟོན་པའི་  
 ཆོག་ཏུ་སྐྱུར་བ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་བཤད་པ་ལྟར་བདེའོ། །དངོས་མེད་ཅེས་པ་  
 ཐ་སྙད་དུ་འང་མེད་པའི་གཏན་མེད་ལ་བརྟེན་པ་དང་། བདེན་པའི་དངོས་པོར་  
 མེད་པའི་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་པ་གཉིས་ཡོད་པས། བདེན་དངོས་མེད་ཀྱང་  
 སྒྲུང་བར་གིན་ཏུ་འཐད་པ་མ་རྟོགས་ནས་དངོས་སྐྱུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གཏན་མེད་  
 ལྟ་བུར་བཟུང་བ་ལ་ལན་འདེབས་ཚུལ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་བ་དངོས་  
 མེད་དང་སེམས་དངོས་པོ་གཉིས་ནམ་ཡང་མི་འབྲེལ་བས་ན་སེམས་ཅམ་པ་

ཁྱོད་གྱི་སེམས་ནི་གྲོགས་གཟུང་བ་མེད་པར་རང་རིག་རང་གསལ་གཅིག་ལུ་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། གང་ཆོ་དེ་ལྟར་སེམས་གཟུང་བ་དང་བུལ་བ་དེ་ཆོ་  
 འཛིན་པས་ཀྱང་སྟོང་ཞིང་གཉིས་སྟོང་མངོན་དུ་གྱུར་བ་དེའི་ཆོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 མངོན་དུ་གྱུར་པས་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐོག་མ་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་ལམ་འབད་ཚུ་ལ་ལ་སྟོས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ལུ་  
 ཡིན་ནའང་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅམ་མོ་ཞེས་རྣམ་རིག་ཅམ་དུ་བརྟགས་  
 ཤིང་གྲུབ་པའི་མཐའ་བཞག་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་སེམས་  
 ཅམ་གྱི་སྒྲུལ་སེམས་ལས་གཞན་པའི་དོན་འགོག་པར་བྱེད་ཅིང་གཉིས་སྟོང་  
 གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲུབ་པར་འདོད་ཀྱང་། གཉིས་སྟོང་དགག་མི་དགོས་ལ་གཉིས་  
 སྟོང་བསྒྲུབ་མི་དགོས་པས་ན་ལམ་དེས་ཅི་ཞིག་བྱ། དེས་ན་རྣམ་པ་མེད་པར་  
 ཁས་བླངས་ན་འཁོར་པའི་སྒྲུང་བ་གཞི་མེད་དུ་འགྱུར་བས་སྟོང་བ་ཐམས་ཅད་  
 གྲུབ་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལམ་ལ་ཚུད་སྟོང་ནི། རི་ལྟར་བྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་འདི་དག་སྒྲུ་མ་  
 ལྟ་ལུར་ཤེས་ཀྱང་དེས་ཉོན་མོངས་སྟོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གང་ཆོ་སྒྲུ་མ་མཁན་  
 རང་གིས་སྒྲུལ་པའི་བྱད་མེད་མཛེས་མ་ལ་སྒྲུ་མའི་སྒྲུང་བར་ཤེས་ཀྱང་དེའི་  
 བྱད་པ་པོ་ཉིད་ཀྱང་དེ་ལ་ཆགས་པ་སྒྲེབ་བཞིན་ཞོ་སྒྲུལ་ན། སྒྲུ་མའི་བྱད་མེད་  
 དེ་བྱད་པ་པོ་ནི་ཤེས་བྱ་གང་ལའང་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་མ་སྤངས་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་དེས་བདག་གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་ཀུན་རྟོག་ལ་གཉིན་པོའི་ཡེ་ཤེས་

གྱིས་ཉམས་སྦྱང་པར་བྱས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཡུལ་  
 རྒྱ་མའི་བྱང་མེད་མཛེས་མ་དེ་མཐོང་བ་ན། མཐོང་མཁམས་བྱེད་པ་པོ་དེའི་རྒྱུ་  
 ལ་ནི་གཉེན་པོ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་བག་ཆགས་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཆུང་བས་ཆགས་པ་གཏན་  
 ཅས་ལྟོག་གཤམ་ལུས་ཏེ། དེའི་རྒྱུ་ལ་བདེན་འཛིན་དང་དངོས་སུ་འཛིན་སྟངས་  
 འགལ་པའི་སྟོང་ཉིད་ནི་མེད་ལ། ཕྱི་རོལ་གྱི་བྱང་མེད་དངོས་ཀྱིས་སྟོང་པར་  
 མཐོང་བ་དེས་ཀྱང་རྒྱ་མའི་བྱང་མེད་དེ་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་འགྲོགས་པར་རེ་  
 བསོགས་མི་སྟེ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་འདོད་པའི་ཅུ་བའི་ཀུན་ཏུ་རྟོག་པ་ཡིན་  
 ལ། དེ་སྟོས་པ་ལས་སྟེ་ཞིང་ཀུན་རྟོག་གི་སྟོས་པ་དེ་དག་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 འགོག་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་ཀུན་བདག་ས་རྣམས་བདེན་པ་མཐོང་བ་ཅམ་  
 གྱིས་ཐག་པར་སྒྲུལ་མེད་པར་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་ལྟོག་ཅིང་ལྟན་སྟེས་རྣམས་  
 གཉེན་པོ་རྒྱུ་ལ་གོམས་པས་རིམ་གྱིས་སྤངས་ཞིང་མཐར་སློ་གཉེན་པོའི་ངང་  
 དུ་གྱུར་བ་ན་ས་པོན་ཐ་བའང་སྒྲར་མི་སྟེ་བའི་ཚུལ་དུ་ལྟོག་སྟེ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་ལ་མུན་པ་གཏན་མི་གནས་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་དངོས་པོར་མངོན་ཞེན་  
 དང་། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་གཉིས་ཀའང་ཀུན་རྟོག་གི་སྟོས་པ་  
 ལས་མ་འདས་ན་སྤང་ཆེན་གྱི་བྱས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲར་ཡང་རྟོག་པའི་བྱ་བར་ཆུད་  
 པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀུན་རྟོག་རི་ལྟར་འགོག་སྟེ་འགོག་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེན། གང་  
 དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་དུ་གོམས་པས། དེ་དང་  
 འཛིན་སྟངས་འགལ་བ་དངོས་པོར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་སྟོང་པར་འགྱུར་ལ།

དེའི་ཆོ་དངོས་མེད་དུ་འཛིན་པ་དེའང་གཞན་པས་ལ་བའི་རྟོག་པ་ཙམ་སྟེ་དངོས་  
 ངོའི་གནས་ཚུལ་ཡང་དག་ཏུ་གྲུབ་པ་མེད་པར་རྟོན་འབྱུང་གི་རིགས་པས་གཏན་  
 ལ་ལབ་ནས། དངོས་དང་དངོས་མེད་ཅི་ཡང་བདེན་པར་གྲུབ་པ་མེད་པར་  
 གོམས་པས་མེད་པར་ཞེན་པ་དེའང་ཕྱི་ནས་སྤོང་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡོད་དང་  
 མེད་པ་འདི་གཉིས་མེད་པའི་ཆོས་ཡིན་ཏེ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་གང་གིས་  
 འདི་ཤིས་ངེས་པར་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་དངོས་པོ་ནི་  
 མེད་པར་བཀག་ཀྱང་། དེ་བཀག་པའི་མེད་པ་ནི་རི་ལྟར་དགག་པར་བྱ་སྟེ།  
 དེ་བཀག་ན་སྤྲོད་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ལྷོག་སྟེ་མེད་པ་འགོག་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་གཉེན་པོ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟམ་  
 ན། དེ་ཞིག་ཐོག་མེད་ནས་གོམས་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཞེན་པ་དེའི་  
 རོར་བྱས་ནས་མེད་པ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་ཅིང་གོམས་པར་བྱེད་དེ། དངོས་པོ་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་མ་ཤིས་ན་གནས་ལུགས་མཐའ་བུལ་ལ་ངེས་པ་སྟེ་བའི་སྐབས་  
 གཏན་མེད་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་མེད་པ་ཉིད་དེ་ཙམ་ཁོ་ན་གནས་ལུགས་མཐར་  
 ཐུག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ཆོ་གཟུགས་སོགས་དངོས་པོ་གང་ཞིག་མེད་དོ་ཞེས་  
 བརྟག་བྱའི་དངོས་པོ་དེ་ཐ་སྟོད་དུ་རང་གི་ངོ་བོས་སྟེ་བ་སོགས་སུ་མི་དམིགས་  
 ན། དེ་ཆོ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་དངོས་མེད་ཀྱང་རྟོན་དངོས་པོ་དང་བུལ་བས་ན།  
 སྟོ་ཡི་མདུན་ན་དམིགས་གཏད་གྱི་ཡུལ་དུ་རི་ལྟར་གནས་ཏེ་གནས་མི་སྤིད་དེ་  
 མོ་གཤམ་གྱི་བུ་སྟེ་བ་མེད་ན་དེ་གི་བའང་མི་དམིགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་

མེད་པ་ནི་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་ཙམ་ལྟོས་མེད་ཏུ་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་  
 བྱི་མེད་དོ། །འོ་ན་ཡོད་པ་བཀག་ནས་མེད་པ་སྐྱབ། སྐར་ཡང་མེད་པ་འང་  
 བཀག་ནས་ཡོད་པ་སྐྱབ། དེ་གཉིས་རེས་མོས་སྒྲེལ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཟེར་ན།  
 རྣམ་ཤེས་ལ་རྟོན་ཅིང་རྟོན་མཐོང་རྟོག་གའི་དབང་ཏུ་བྱས་པ་དག་ལ་གྲུང་ཆེན་  
 གྱི་བྱས་དང་འབྲུ་བའི་ཀྱུན་རྟོག་འདི་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་བདེན་ཏེ་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ཆོས་ཉིད་ནི་སྒྲུལ་དམན་རྣམས་སྒྲུག་པའི་གནས་ཆེ་བའི་རབ་  
 ཡིན་པས་དེའི་རྩལ་ནི་མི་ཤེས་ཤིང་། དངོས་མེད་ཏུ་བརྟན་ན་ཆད་སྟོང་ཏུ་  
 བཟུང་། སྐར་བཙས་སུ་བརྟན་ན་བདེན་གྲུབ་ཏུ་བཟུང་། ཟུང་འཇུག་ཅེས་  
 བརྗོད་ན་ཐ་གྲུ་དཀར་ནག་བསྒྲིལ་བ་ལྟ་བུའི་དོན་ཏུ་བཟུང་། བསམ་གྱིས་མི་  
 བྱབ་ཅེས་བརྗོད་ན་ཅང་མེད་ཅི་མེད་རྒྱ་ཤང་གི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་མི་འཆར་  
 བ་ཡིན་ཏེ། ཟབ་མོའི་མཐར་ཐུག་པའི་ཆོས་འདི་ཀྱུན་གྱིས་བདེ་བླག་ཏུ་ཤེས་  
 ཏུས་ན། དེ་དག་འཛིག་རྟེན་མཐའ་དག་ལས་འདས་ཤིང་འཕགས་པའི་སྟོན་  
 ཡུལ་བལྟ་དཀའ་ཞིང་ཤེས་པར་དཀའ་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཞེས་ངེས་ཉེ་  
 གསུང་། དེའི་ཕྱིར་ན་སྒྲོབ་དཔོན་གྲུས། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ལྟ་ཉེས་ན། ཤེས་  
 རབ་རྒྱུང་རྣམས་སུང་བར་འགྱུར། རྗེ་ལྟར་སྒྲུལ་ལ་བཟུང་ཉེས་དང་། རིག་  
 སྒྲུགས་ཉེས་པར་བསྒྲུབས་པ་བཞིན། དེ་ཕྱིར་ཞན་པས་ཆོས་འདི་ཡི། གཤིང་  
 རྟོགས་དཀའ་བར་མཐེན་གྱུར་ནས། བྱབ་པའི་བྱུགས་ནི་ཆོས་བརྟན་ལས། །  
 རབ་ཏུ་ལོག་པར་གྱུར་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་གང་རུང་རེ་བཀག་

ནས་ཅིག་ཤོས་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ་མཐའ་ཐམས་ཅད་བཀག་ནས་མཐར་དགག་  
སྒྲུབ་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་  
གཏོད་ནས་སྒྲེ་བ་མེད་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་བའི་སྟོང་དང་རྟེན་འབྱུང་ཡེ་ནས་འདུ་  
འབྲལ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་མཉམ་པ་ཆེན་པོ་ལ་ངེས་ཤེས་གཏིང་ནས་མ་རྟོག་  
བ་དེ་སྤྱིད་དུ་ཆོག་པ་བསགས་ཤིང་། མཚན་ཉིད་ལྡན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཞབས་ལ་གཏུགས་པར་བྱས་ནས་ཡང་དག་པའི་གནད་  
དང་ལྡན་པའི་གོམས་པ་ཡུན་བསྐྱིད་པར་བྱ་སྟེ། ཐོས་པས་དྲེགས་ཤིང་རྩེར་  
མཐོང་གི་དཔྱོད་པ་ལལ་ཆེ་བས་བསྐྱལ་བ་བརྒྱར་འབད་ཀྱང་ཕྱོགས་ཙམ་ཤེས་  
པར་མི་འགྱུར་ཞེས་དམ་པའི་ཞལ་ནས་གདམས་པ་འདི་ཁོ་ན་ལམ་དོན་གཉེར་  
རྣམས་ཀྱི་སྟིང་ལོར་དུ་བྱ་བར་རིགས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་གང་གི་ཆོད་ངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དག་གང་ཡང་སྟོ་ཡི་མ་དུན་  
ན་མི་གནས་པ་དེའི་ཆོ། དེ་ལས་གཞན་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་རྣམ་པ་གཞན་  
མེད་པས་ན་བདེན་འདོན་གྱི་དམིགས་པའི་གཏད་སོ་མཐའ་དག་མེད་པར་སྟོས་  
པ་མ་ལུས་པ་རབ་དུ་ཞིབ་པ་ཡིན་ཏེ་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཙམ་གྱིས་རབ་  
དུ་བྱེ་བ་སྒྲུབ་སམ་བརྟོག་དུ་མེད་པ་ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ལྟ་བུའི་མཉམ་པ་ཉིད་  
དོ། །གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར། སྒྲུབ་འདི་སྟོང་  
ཞེས་རྟོགས་ན་འདང་བྱང་རྩབ་སེམས་དཔའ་ནི། །མཚན་མ་ལ་སྟོད་སྟེ་མེད་  
གནས་ལ་དད་མ་ཡིན། ཞེས་དང་། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད། །ལྟ་

ཀྱུན་དེས་པར་འབྱེན་པར་གསུངས། གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ལྟ་བུ། ཉིད་དག་  
 བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་དངོས་དང་དངོས་མེད་ཏུ་  
 ཞེན་པ་སྣ་ཚོགས་པའི་རྩྱུ་པའི་ཕྱིར་སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་ཏུ་བཤད་པ་  
 ལྟ་བུ་སྟེ། སྟོས་པ་མཐའ་དག་ཁེགས་པའི་བྱང་འཇུག་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་ནི་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྟོགས་རིགས་ཀྱང་པར་ཅན་ཡིན་ལ། དེར་དབུ་མ་ཆེན་པོ་ཞེས་  
 ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། གང་དག་རང་བཞིན་གཞན་དངོས་དང་། ཉིད་སྟོང་  
 དང་དངོས་མེད་ཉིད་ལྟ་བུ། ཉིད་དག་སངས་རྒྱུ་བསྐྱབ་པ་ལ། ཉིད་མཐོང་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། གཞན་ལས་ཤེས་མིན་ཞིབ་དང་། སྟོས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་མ་སྟོས་པ། རྣམ་རྟོག་མེད་དོན་ཐ་དད་མེད། ཉིད་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་  
 དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། ཉིད་ཅན་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་  
 སྟོས་པ་མཐའ་དག་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་སྤྱུ་རྒྱུ་ནས་སྐྱེ་བ་པ་གཉིས་པོ་ཡོངས་སྤྱུ་  
 སྤངས་ཤིང་མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་ཐོབ་པར་བྱེད་དེ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
 རྣམ་རྟོག་ལས། ཉིད་དག་སྟོས་ལས་སྟོས་པ་ནི། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་  
 པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། གཞུང་འདིར་ཡང་། ཉོན་མོངས་ཤེས་  
 བུའི་སྐྱེ་བ་པ་ཡི། རྣམ་པའི་གཉེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད། ཅིས་པ་བཞིན་ནོ། །  
 གསུམ་པ་འབྲས་བུ་གཞན་དོན་ལ་རྩྱེད་སྟོང་ནི། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 ཐམས་ཅད་དབྱིངས་སྤྱུ་རྒྱུ་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ཀུན་ལ་བྱའི་དོན་དུ་འབད་  
 རྩྱེད་ཀྱི་སྟོས་པ་མི་མངའ་བས་དེས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རི་ལྟར་མཛད་སྟུམ་ན།

དཔེར་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དང་། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དག་ལ་སྤྱོད་ཡུལ་  
ན་གནས་ཤིང་གསོལ་བ་འདེབས་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱའོ་སྒྲམ་དུ་རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་ཀྱང་། རི་ལྷར་རེ་བའི་དོན་ཡོངས་སུ་སྒྲོང་བ་དེ་བཞིན་གསུལ་བུ་  
རྣམས་ལ་སྡོན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་གང་ལ་གང་འདུལ་  
དུ་སྒྲུང་ཞིང་ཆོས་སྟོན་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་ཡན་བདེའི་ཕྱིན་ལས་དུས་རྟག་ཏུ་  
མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་སྒྲོབ་ལམ་གྱི་འབད་རྩོལ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ལས་རྣམ་ཡང་མི་གཡོ་བའི་མྱུང་འདས་མཐར་ཐུག་པ་བརྟེན་པ་ན་འབད་རྩོལ་  
གྱི་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་། གཞན་དོན་དུ་ཕྱིན་ལས་འཇུག་པ་ནི་ནོར་བུ་ལ་སོགས་  
པའི་དཔེས་བསྟན་ཏེ། གཞན་ཡང་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་སོགས་དཔེ་  
བརྒྱད་པོ་དག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །སྒྲོན་ལམ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ནི་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་  
པའི་སྐྱུ་དང་འཁོར་དང་ཞིང་ལ་སོགས་པ་སྐྱ་ཆོགས་པར་སྒྲུང་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་  
བོ་ནི་སྒྲོབ་ལམ་ན་སྒྲོན་ལམ་གང་བཏབ་པའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ལས་  
སྒྲུང་བའི་དབང་གིས་ཡིན་ཏེ། དོན་དུ་ན་ཁམས་བདེ་གསལ་གསལ་སྤྱིང་པོ་འམ་  
ཡང་དག་པའི་མཐའ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སྒྲུང་སྟོང་བྱུང་དུ་འཇུག་པའི་དེ་བཞིན་  
ཉིད་དེ་རྫོགས་སྒྲིབ་སྒྱུངས་གསུམ་མཐར་ཐུན་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་དག་པ་མཛོན་  
དུ་གྱུར་པ་ན་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྐྱུ་དེ་ཉིད་  
གསུལ་བྱའི་སྐལ་བ་དང་སྡོན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་གསུལ་བའི་ཆོ་འཕྲུལ་



སྒྲ་ཚོགས་སུ་སྒྲ་མེད་རྒྱུ་མི་འཆད་པ་སྟེ། རྒྱུ་སྒྲ་མ་ལས། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་མཁའ་བཞིན་དམ་པ་ཡི། །དབང་པོ་དུག་དོན་ཉམས་སུ་སྒྲིང་  
བའི་རྒྱ། །འབྲུང་མེད་གཟུགས་དོན་བལྟ་དང་གཏམ་བཟང་ནི། །གཙང་མ་  
མཉན་དང་བདེ་གཤེགས་རྩལ་བྲིམས་ཀྱི། །དྲི་གཙང་སྒྲོམ་དང་འཕགས་ཆེན་  
དམ་ཆོས་རོ། །སྒྲིང་དང་ཉིང་འཛིན་རེག་བདེ་ཉམས་སྒྲིང་དང་། །རང་གི་ངོ་  
པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཟབ་པའི་རྩལ། །རྟོགས་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཞིབ་མོར་བསམ་པ་ན། །  
དོན་དམ་བདེ་མཛད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི། །ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྒྱ་  
མཚན་རྣམས་དང་བྲལ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ལ་ཐོལ་པོ་དེ་དག་  
འདི་སྒྲམ་དུ། ད་ལྟའི་སྐབས་སུ་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་ཆོ་འཕུལ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུས་  
གཏུལ་བྱ་འདི་དང་འདི་ལ་ཕན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་གདགས་སོ་ཞེས་ཅུ་ལ་བ་  
མེད་ན་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་དེ་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་ག་ལ་རུས་སྒྲམ་ན། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
མི་རུས་ཏེ། དཔེར་ན་མཁའ་ལྷིང་གི་རེག་སྒྲགས་གྲུབ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ནམ་  
མཁའ་ལྷིང་གི་སྒྲུབ་རྒྱན་ནམ་མཚོད་རྟེན་ལ་སོགས་པའི་མཚོད་སྟོང་དང་རྟོ་བ་  
སོགས་ལས་བསྒྲུབས་ཏེ། དེ་གང་གིས་མཐོང་བ་སོགས་ལ་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་  
དུག་ཞི་བའི་རུས་ལྟར་དུ་སྒྲགས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་  
ན། བྱེད་པོ་དེ་འདས་པར་གྱུར་པའི་རྗེས་སུ། དེ་འདས་ནས་ཡུན་རིང་པོ་ལོན་  
ཀྱང་ངི་སྟོང་དུ་མཚོད་སྟོང་དེས་དུག་དང་གདོན་ལ་སོགས་པ་དངོས་སུ་ཞི་བར་  
བྱེད་ན། ད་ལྟའི་འབད་ཅུ་ལ་ཁོ་ན་མེད་ཀྱང་སྒྲོན་གྱི་འཕེན་པས་གཞན་དོན་

སྐྱབ་པ་ཅི་སྟེ་མེད། དེའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་སྤྲོ་བ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
གྱི་དོན་དུ་ཚོགས་གཉིས་གྱི་སྦྱོད་པ་རྒྱ་པལ་པོ་ཆེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་རྒྱལ་  
པའི་མཚོན་སྟོང་བསྐྱབས་པའང་། སྐྱབ་མཁན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དེ་མི་  
གནས་པའི་དབྱིངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདས་ནས་ད་ལྟ་འབད་ཚེ་ལ་དང་གཟུང་  
འཛིན་གྱི་སྦྱོས་པ་ནི་ཉེ་བར་ཞི་ཡང་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་གནས་སྐབས་  
དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་དང་མཐུན་  
པར་འཇུག་པ་ལས་ཀྱང་། རྩ་མཁན་གྱི་འཁོར་ལོ་སྤར་འབད་པས་བསྐྱོར་བ་  
ན། ད་ལྟ་ཚེ་ལ་བ་མེད་ཀྱང་འཁོར་ནས་བུམ་སོགས་གྱི་རྒྱ་བྱེད་པར་གྱུར་པ་  
བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་ལ་འབད་ཚེ་ལ་མེད་ཀྱང་སྦྱོན་ལམ་དང་། སྤྱེ་པོའི་  
དགེ་བའི་དབང་གིས་གདུལ་བྱའི་དོན་བྱེད་པར་འཐད་བསྐྱབ་པར་མཛད་དོ། །  
ཡང་དེ་དག་འདི་སྟུམ་དུ། གང་པན་ཚུན་མཚོན་པ་དང་ལེན་པའི་བསམ་པས་  
མཚོན་ན་བསོད་ནམས་འབྱུང་ཡང་། སངས་རྒྱས་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའམ་  
སེམས་མེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་མཚོན་པ་བྱས་པས་རི་ལྟར་ན་བསོད་ནམས་གྱི་  
འབྲས་སུ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། སེམས་མེད་ལ་མཚོན་པའི་འབྲས་སུ་  
མེད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིང་བསྐྱེལ་དང་མཚོན་རྟེན་ལ་མཚོན་པ་ལ་  
འབྲས་སུ་མེད་དགོས་ནའང་། གང་གི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་བཞུགས་  
པའམ། དེ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་རིང་བསྐྱེལ་དང་དེའི་སྤྱིང་པོ་ཅན་གྱི་མཚོན་  
རྟེན་ལ་མཚོན་པ་བསོད་ནམས་མཉམ་པར་མེ་རྟོག་བརྟེགས་པའི་མདོ་ལ་

སོགས་པ་ལས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གསུངས་པའི་བྱིར་ན་གྲུན་ཀ་དེ་མི་རིགས་  
སོ། །དེའི་བྱིར་བདག་ཅག་སངས་རྒྱས་དང་མཆོད་པའི་བསོད་ནམས་གཉིས་  
པོ་ཀུན་རྫོབ་སྐྱུ་མ་ཙམ་དུ་འདོད་པ་དང་། བྱོད་དོན་དམ་པར་འདོད་པ་གཉིས་  
ཀ་སུ་ཡིན་ཀྱང་རུང་སྟེ་སངས་རྒྱས་དེ་ལ་མཆོད་པའི་འབྲས་སུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་  
པ་ནི་ཡུང་ཚད་མ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བྱོད་བདེན་པའི་  
སངས་རྒྱས་མཆོད་པ་ལ་ཇི་ལྟར་འབྲས་སུ་དང་བཅས་པར་ཁས་ལེན་པ་འང་  
ཡུང་ལས་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། དེད་ཀྱིས་ཀྱང་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་སངས་  
རྒྱས་ལ་མཆོད་པའི་འབྲས་སུ་འང་མི་བདེན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་སུ་འབྱུང་བར་ཁས་ལེན་  
པ་ཡིན་ན། ཡུལ་དང་དངོས་པོ་བསམ་པ་རྣམས་བདེན་པར་མེད་པ་མཆོད་  
མཆོད་པའི་འབྲས་སུ་མེད་པར་རྩོད་པ་འདིས་བདག་ཅག་ལ་གཞོད་པར་མི་  
འགྱུར་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྫོང་བྱེད་ཐེག་ཆེན་ལ་རྩོད་སྤྱོད་ནི། ཉན་ཐོས་སྟེ་བ་དག་ན་རེ།  
བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་དེ་ཁོ་  
ན་གོམས་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་སུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་  
གྱི། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་ཉིད་མཐོང་བས་ཅི་ཞིག་  
བྱ་སྟེ་དགོས་པ་མེད་དོ་ཞེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་  
བཤད་པ་ལ་སྒྲག་ཅིང་སྤངས་ནས་དེ་འདྲའི་སྤྱོད་ཉིད་དེ་མ་རྟོགས་ཀྱང་གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་རྣོམས་ནས་རྩོད་པ་ལོ། །དེ་འདྲའི་རྩོད་

པ་ནི་གྱི་ན་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་སྟོང་པ་ཉིད་སྤངས་པའི་ཕ་རོལ་ན་ཉོན་མོངས་  
པ་རྩ་པ་ནས་སྤོང་བྱས་པའི་གཉེན་པོ་མི་སྤྱིད་པས་སོ། །དེས་ན་རྒྱལ་པའི་ཡུམ་  
ལ་སོགས་པ་ལུང་རྣམས་ལས་ཀྱང་། དངོས་པོའི་འདུ་གཤིས་ཅན་ལ་ཐར་པ་  
བྱང་ཆུབ་གསུམ་གང་ཡང་རུང་པ་མེད་པར་གསུངས་པ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་  
རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དག་ཀྱང་ཤེར་ཕྱིན་སྟོང་པ་ཉིད་འདི་ལ་མ་བརྟེན་  
པར་ཐོབ་པར་མི་བྱས་པས་འདི་འཕགས་བཞི་སྟེད་པའི་ཡུམ་དུ་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །རིགས་པ་ནི་ཕྱིས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་དེ་དག་ན་རེ། ཁྱོད་  
ཀྱིས་སྐྱབ་བྱེད་ལུང་ཐེག་ཆེན་དེ་ཉིད་བདག་ཅག་ལ་ལུང་ཡང་དག་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་བཀའ་མ་གྲུབ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ལྷ་པོ་ལས་འདས་པའི་འོག་ཏུ་བརྟུང་གི་  
མཐུ་ལས་ཉོག་གི་པ་དག་གིས་བྱས་པའི་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ཁྱོད་  
ཀྱི་ལུང་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་རི་ལྟར་གྲུབ་ཅེས་དྲིའོ། །

དེ་ལ་དེ་དག་ན་རེ། ཁོ་པོ་ཅག་གི་ལུང་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པར་  
རང་རེ་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུབ་པ་མིན་ནམ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་བཀའ་ཡིན་པར་རྩོད་  
པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། འོ་ན་དང་པོ་ཁྱོད་སྟེས་མ་ཐག་པ་སོགས་སུ་ཐེག་དམན་གྱི་  
སྟེ་སྟོན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་གྲུབ་པས་ན་དེའི་ཆོག་ཉིས་ཀ་ལ་འདི་གྲུབ་  
པོ་ཞེས་པ་དེ་མེད་པས་བཀའ་རི་ལྟར་ཡིན། ལུང་དང་སྟེས་བུ་ལ་རང་བཞིན་  
གྱིས་འབྲེལ་བ་མེད་པས་ན་ཁྱོད་ལ་དང་པོ་ནས་འདི་ལུང་ཆོད་མར་གྲུབ་པ་ནི་  
མི་སྤྱིད་དོ། །ཁོ་པོ་ལ་དང་པོ་ནས་མ་གྲུབ་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་སུ་རུང་བའི་གྲྭ་མ་

བརྒྱད་པའི་རིམ་པ་ལས་ཐོས་ཤིང་། འདུལ་བ་ལ་སྣང་། མདོ་སྡེ་ལ་འཇུག  
 མདོན་པའི་ཆོས་ཉིད་དང་མི་འགལ་པར་ཡང་དག་པའི་ལམ་སྟོན་པའི་ལུང་  
 ཏུ་རིགས་པས་གྲུབ་པའི་རྒྱུན་གང་གིས་ཐེག་དམན་དེར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་  
 ཏུ་ཡིད་ཆེས་པས་གྲུབ་པོ་ཞེན། དེ་འདྲའི་ཡིད་ཆེས་སུ་རུང་པའི་རྒྱུན་དེ་ནི་  
 ཐེག་ཆེན་ལའང་ཡོད་པར་མཚུངས་པས་ཁྱོད་སྟོང་དང་ལྷན་ཞིང་གཟུ་བོར་གནས་  
 བ་གྲུབ་ཏུ་ཉེ་བ་ཡིན་པས། འདིའང་འུ་བུ་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུབ་པར་རུང་གི་མི་  
 འགྲུབ་པ་མིན་ནོ། །དེ་ལས་གཞན་ཏུ་ན། གང་ཟག་གང་ཡང་རུང་བ་གཉིས་  
 ཀྱིས་འདོད་པའམ་དེའི་དོར་གྲུབ་ཟིན་ནས་ཁས་སྤངས་པའན་ཆོད་ལུང་དེ་བདེན་  
 པ་ཡིན་ན་ནི་རིག་བྱེད་སྟོགས་ཀྱང་བདེན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཁས་ལེན་མཁན་  
 གང་ཟག་གཅིག་ཁོ་ན་མིན་པར་དུ་མས་ལུང་ཡང་དག་ཏུ་འདོད་པའི་ཕྱིར། གལ་  
 ཏེ་ཐེག་དམན་ནི་བཀའ་ཡིན་པར་རྩོད་པ་མེད་ལ། ཐེག་ཆེན་རྩོད་པ་དང་  
 བཅས་པའི་ཕྱིར་བཀའ་མིན་ནོ་ཞེན། རྩོད་པ་དང་བཅས་པ་ཅམ་གྱིས་ལུང་  
 ཡང་དག་མིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་འགྱུར་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་  
 ལུང་སྟེ་ལ་སྟེ་སྟོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩོད་པ་དང་བཅས་ཤིང་། ལུང་གི་བྱེ་བྲག་  
 གི་སྟོགས་བརྒྱུད་ནས་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོ་དང་ཉན་ཐོས་སྟེ་བ་བཙེ་བརྒྱད་ལ་  
 སྟོགས་པ་ནང་པའན་རྩོད་གཅིག་ལ་གཅིག་རྩོད་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་ཐེག་  
 དམན་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་དོར་བྱུར་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་བརྟན་པའི་རྩ་བ་སྟེ་བརྟན་པ་གནས་པ་གང་ལ་རག་ལས་པ་ནི་

ཡང་དག་པའི་དགོ་སྤྱོད་ཉིད་ཡིན་ནའང་དགོ་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱང་དགའ་བར་གནས་  
 ཏེ་ཡོད་པར་དགའོ། །དེ་ལ་དགོ་སྤྱོད་ལ་སྒྲུབ་བརྗོད་གྱི་དབྱེ་བ་ལྷ་གསུངས་  
 ཏེ། མིང་གི་དགོ་སྤྱོད་དང་། ཁས་འཆེ་བའི་དགོ་སྤྱོད་། སྤྱོད་བའི་དང་ཚུལ་  
 གྱི་དགོ་སྤྱོད་། བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་དགོ་སྤྱོད་། ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་  
 དགོ་སྤྱོད་རྣམས་ལས་དང་པོ་གསུམ་མིང་ཙམ་སྟེ། ཐ་མ་གཉིས་མཚོག་ཡིན་  
 བས་དེ་གཉིས་བསྟན་ཅུ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་དོན་དམ་པའི་དགོ་སྤྱོད་མཚོག་  
 བེ་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པ་ཡིན་ན་དེ་དགའ་བར་གནས་ཏེ། ཉོན་མོངས་སྤྱོད་  
 བའི་རྒྱ་བདེན་པ་མཐོང་བ་མི་སྤྱིད་དེ་ཆོས་གྱི་གནས་ལུགས་སྤྱོད་པ་ཉིད་དང་  
 མི་ལྟན་པར་འདོད་པས་ནའོ། །གཞན་ཡང་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་དགོ་སྤྱོད་  
 ལའང་སྟེ་པ་སོ་སོའི་འདོད་པ་ནང་མི་མཐུན་པ་སོགས་རྩོད་བཅས་ཕྱིར་ཞེས་  
 པ་སྤྱང་བསྟན་པའི་བྱུགས་ལས་སོ། །ཁོ་ན་ཟེ། ཅི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་སྤངས་  
 བའི་དགོ་སྤྱོད་མེད་དེ་སྤྱོད་ཉིད་མེད་ཀྱང་བདེན་བཞི་མཐོང་བ་ཡོད་པས་སོ་  
 སྟམ་ན། དེ་ལ་བདེན་བཞིའི་མི་རྟོག་སོགས་ནི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ལ། ལམ་གྱི་  
 གཙོ་བོ་ཉོན་མོངས་རྩ་བ་ནས་སྤྱོད་བའི་དངོས་གཉེན་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེད་གྱི་དེ་ཡང་རྒྱུན་ལས་སྟེས། །དེ་ནི་བདག་  
 མེད་ལྟ་རྟེན་ཡིན། །སྤྱོད་ཉིད་ལྟ་བུས་གྲོལ་བར་འགྱུར། །སྒྲིམ་པ་ལྟག་མ་དེ་  
 དོན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་སྤྱོད་པ་ཉིད་སྤངས་ནས་སེམས་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་གྱིས་

མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་དཀའ་ལྟེ་རྒྱ་མཁོན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དྲུང་ནས་  
མ་ལྷུང་བར་ཉོན་མོངས་སྟོང་བའི་ཐབས་མེད་ལ། དེ་དྲུང་ནས་འབྱིན་པ་ལ།  
ཡུལ་ལ་བདག་མེད་མཐོང་ན་ནི། །མྱིད་པའི་ས་བོན་འགག་པར་འགྱུར། །  
ཞེས་པ་ལྟར་ཡུལ་སྟོང་པར་མཐོང་བ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་རྩད་ནས་ལྷོག་ཐབས་  
མི་མྱིད་དེ། ཡུལ་ཡོད་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་མ་སྦྱངས་པར་རེ་ཞིག་བསམ་  
གཏན་ལྟ་བུས་མགོ་མནན་ཀྱང་སྦྱར་སྦྱིབ་པར་འགྱུར་བ་འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་  
སྟོམས་འཇུག་བཞིན་ནོ་ཞེས་འཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་།  
ཡོན་ཏན་སྟོན་དང་རྗེས་འབྲེལ་བའི། །འདོད་དང་སྤངས་སོགས་སྟོང་བ་ནི། །  
དེ་དག་ཡུལ་ལ་མ་མཐོང་བས། །ཡིན་གྱི་ཕྱི་རྒྱུལ་གང་གིས་མིན། །ཞེས་པ་  
བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་ངར་འཛིན་ལྟན་སྦྱིས་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བདག་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱད་པའི་བདེན་པ་མཐོང་བ་ལས་ཉོན་  
མོངས་སྟོང་གི་གཞན་དུ་ན་དེ་མི་འཐད་དོ། །དེ་ལ་དེ་དག་ན་རེ། བདག་མེད་  
པ་མཐོང་དགོས་པར་ཁོ་བོ་འདོད་ཀྱང་དེ་དང་སྟོང་བ་ཉིད་དོན་མི་གཅིག་སྟེ་  
སྟོང་བ་ཉིད་ནི་གཞུགས་སོགས་དངོས་སུ་ཡོད་པའི་ཆོས་ལ་མེད་ཅེས་སྒྱུར་བ་  
འདེབས་པའི་ལྟ་བ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཡིན་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་ནི་ཡེ་  
ནས་མེད་པ་ལ་མེད་པར་ཤེས་པ་ནི་གནས་རྒྱུལ་དང་མཐུན་པའི་ལྟ་བ་ཡང་དག་  
ཡིན་པས་སོ་ཟེར་ན། དེ་གཉིས་ལ་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་བྱུང་བར་གང་ཡང་མེད་དེ།

གང་ཟག་གི་བདག་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་པ་ཅམ་འདི་ལ་རང་གི་ངོ་  
བོས་གྲུབ་པ་མེད་པ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་ལ་སོགས་  
པའི་ཆོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་པ་པའི་ལུས་དང་བུམ་པ་སོགས་ཕྱང་པོ་  
ནམས་ཀྱང་རང་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་ནི་ཆོས་བདག་མེད་པ་སྟེ། དེས་ན་འདི་  
གཉིས་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཁྱད་པར་ཅམ་སྟེ། ཆོས་བདག་མེད་ནི་ཆོས་སྤྱི་  
དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ནི་འཁོར་པའི་རྒྱུའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པས་ལོགས་  
སུ་ཕྱེ་བ་ཅམ་ལས་སྟོང་ཚུལ་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད་དོ། དེས་ན་བདག་ཕྱང་  
པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་པ་ཅམ་གྱི་སྟོང་པར་ཁོང་དུ་མ་ཆུད་པར། ཕྱང་པོ་  
ཉིད་ནི་དེས་པར་ཡོད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་འདི་ལ་དབང་བྱེད་པའམ། བདག་པོར་  
རྒྱུར་པའི་བདག་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བ་དེ་འདྲ་མེད་པར་གེས་ཀྱང་དེས་ངར་  
འཛིན་པ་བ་མི་སྟོང་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་བདག་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྟོང་པ་  
ཉིད་མ་མཐོང་པར་དུ་རྟག་བདག་སྤངས་ཀྱང་ཕྱང་པོ་འདི་སྟོང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱང་པོར་  
དེར་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་སྟོང་དུ་ངར་འཛིན་ལྷོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འོན་ཆེན་  
ཐེང་བ་ལས། རི་སྟོང་ཕྱང་པོར་འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་སྟོང་དེ་ལ་ངར་འཛིན་  
ཡོད། །ངར་འཛིན་ཡོད་ན་ཡང་ལས་ཏེ། །དེ་ལས་ཀྱང་ནི་སྟེ་བ་ཡིན། །ཞེས་  
སོ། །འདི་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་རང་མཆོན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྟོང་པ་  
ཉིད་མ་གཏོགས་རྟག་བདག་སོགས་མེད་པར་བལྟས་ཀྱང་རི་སྟོང་ཕྱང་པོར་  
འཛིན་པ་དེས་བདག་འཛིན་ལྷོག་ཏུ་མི་བརྟུབ་ཅས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་གཞན་



དུ་བཤད་པ་ཇི་སྟེད་པ་ལྟ་སྟབས་དང་སྟབས་པའི་དགོངས་པ་ནི་མིན་ནོ། །འཇུག་པ་  
ལས་ཀྱང་། བདག་མེད་རྟོགས་ཆེ་རྟག་པའི་བདག་སྤངས་ཤིང་། །འདི་ནི་རང་  
འཛིན་རྟེན་དུ་འང་མི་འདོད་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་མེད་ཤེས་པས་བདག་ལྟ་བུ། །  
དབྱིས་ཀྱང་འབྱིན་ཞེས་སྟབས་ཤིན་ཏུ་མཛེས་། །རང་བྱིས་ཅིག་ལྟ་སྟབས་ལ་གནས་  
མཐོང་བཞིན་དུ། །འདི་ན་གྲང་ཆེན་མེད་ཅེས་དོགས་པས་ལ་ཏེ། །སྟུལ་གྱི་  
འཛིགས་པ་འང་སྤོང་བར་བྱེད་པ་ནི། །ཀྱི་མ་གཞན་གྱི་གནས་པོར་འགྱུར་ཉིད་  
དོ། །ཞེས་སོ། །དེས་ན་འདིར་ཆོས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ལ་ཁྱད་ཆེན་  
པོ་ཡོད་པར་རྟོམས་ནས་ཆོས་བདག་མེད་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མི་དགོས་པར་གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་ཁོ་ནས་གྲོལ་བར་འདོད་པ་རྟོམས་ཀྱི་ཞེ་འདོད་ནི། །གང་  
ཡོད་པར་གྱུར་པའི་དངོས་པོ་ནི་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ལ། །གང་གཏན་ནས་ཡོད་མ་  
སྟོང་པ་བདག་ནི་རི་བོང་གི་རུ་བཞིན་དུ་དོན་ལ་མེད་པ་ཞིག་སྟེ་དེ་ཕྱིར་ཆོས་  
བདག་མེད་པ་འདིས་ཅི་བྱ་སྟེ་མ་དུ་གང་ཟག་གི་བདག་བརྟེན་ནས་བཏགས་  
པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མ་ཤེས་པར་རྩོད་པའོ། །ལེགས་པར་བརྟགས་ན་བདག་  
མེད་གཉིས་ཀྱི་འང་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་དུ་རྩ་གཅིག་ཅིང་  
ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལ་དགོངས་ནས་ཉན་རང་ལ་ཆོས་བདག་མེད་དམ་  
སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་དེ། །དེ་མེད་ན་ཉོན་མོངས་ཀྱང་སྟོང་མི་རྣམས་པར་དངོས་  
སྟོངས་ཀྱི་རིགས་པས་བསྐྱབས་པས་སོ། །

དེ་ལ་འདིར་ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་པས་གང་ཟག་རང་བཞིན་མེད་པར་སྟོང་པ་

ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་དེ་ཆོས་བདག་མེད་གྱི་བྱེ་བྲག་ཀྱང་ཡིན་སྟོང་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་  
པར་གོ་དགོས་ཀྱི། སྤང་སོགས་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་སྟོང་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་  
པར་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་མི་རུང་པར་འགྱུར་སྟེ། བདག་མེད་འདི་ནི་འགྲོ་བ་རྣམ་  
དགོལ་ཕྱིར། །ཞེས་པའི་ཐད་གྱི་འཇུག་པ་རང་འགྲེལ་དུ། སྒྲིབ་གཉིས་གྱི་  
གཉེན་པོར་བདག་མེད་གཉིས་བསྟན་པར་བརྟེན་ཅིང་། སྤང་ཉན་རང་ལ་  
སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་བསྐྱབས་པའི་དོགས་པ་བསུས་ནས་ཉན་རང་ལ་  
བདག་མེད་རྟོགས་པར་བསྒྲུབས་པ་མེད་ཅེས་དང་། སྟོང་ཉིད་བརྒྱ་དྲུག་པོ་  
ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་མིན་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཉན་རང་གིས་ཆོས་  
བདག་མེད་རྟོགས་པར་མ་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་བདག་མེད་མ་རྟོགས་ཞེས་  
དམན་ལ་དགག་པའི་སྒྲར་གསུང་སྟེ་ཉན་རང་གི་ཡེ་ཤེས་ནི་ཡུངས་འབྱུ་ཕྱིན་  
གྱིས་ཆོས་པའི་ནང་གི་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྒྱུང་བར་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་དང་། ཡང་སྟོང་ཉིད་སྤངས་ནས་ཐར་ལམ་གཞན་དུ་ཡོད་པ་དག་གཅིང་  
ཞི་སྟོག་གཉིས་སུ་མེད་པར་བསྐྱབ་པའི་སྒྲ་དུ་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པས་བདག་  
བརྟེན་ནས་འབྱུང་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ཤེས་པའི་སྟོང་ཉིད་ཉི་ཆེ་བ་ཡོད་པར་  
གསུངས་པ་གཉིས་འགལ་མེད་དུ་འཛིན་བ་གལ་ཆེ་སྟེ། གཞན་དུ་རྒྱལ་  
བའི་ཡུམ་ཉིད་ན་དངོས་པོའི་འདུ་ཤེས་ཅན་ལ་ཐར་བ་མེད་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་  
གསུམ་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པར་གསུངས་ཤིང་། དེར་ཡང་གཞི་  
ཤེས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་སོ་སོར་བྱེ་ནས་གཞི་ཤེས་པ་འབྲས་ཡུམ་

ལ་ཉི་ཤེད་གི་ཁྱད་པར་བཤད་པ་སོགས་འདི་ནི་ལྟར་རྟོགས་པར་བྱ། དེས་ན་  
 སྤྱིར་སྟོང་ཉིད་ནི་ཞི་ཞི་བའི་སྒྲིག་ཅིག་ལུ་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་གསུམ་པོ་གང་ཡང་  
 རུང་སྟེ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་དགོས་པས་བྱུང་གྱུར། ལས་དང་པོ་བ་དག་  
 གིས་སྟོང་ཉིད་ཅེས་པ་ལ་རིལ་པོ་གཅིག་བདེན་དུ་ཞེན་པའི་སྒྲིག་སྒྲིག་རྟོགས་ན་  
 ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་རྟོགས་། མ་རྟོགས་ན་གཅིག་ཀྱང་མི་རྟོགས་སྒྲིག་པའི་  
 དམ་བཅའ་ལ་སྒྲིལ་ཅིག་ཅིག་ཏུ་གཏོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བཀའ་དང་  
 དགོངས་འགྲེལ་ཐམས་ཅད་རྒྱང་འབྲུགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་གཅིག་  
 སྟོང་བ་ཉིད་དུ་མཐོང་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་དེར་མཐོང་  
 བས་བྱུང་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ན་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་དུ་མས་སྟོང་ཉིད་བཅུ་  
 རྒྱུ་སོགས་སྒྲིག་པར་དང་། གྲངས་མེད་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་སྤྱད་  
 དང་། ས་ནས་སར་འཕར་བ་ན་ཆོས་དབྱིངས་སྒྲོ་བུར་བྱལ་དག་གིས་ཁྱད་པར་  
 ཏུ་བྱས་པའི་མཐོང་བ་རེ་བཟང་དུ་འགྱུར་བ་དང་། གྲུབ་མཐའ་འོག་མ་བས་  
 གོང་མ་འཕགས་པའི་ཁྱད་པར་འཐད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་ཉན་རང་  
 གིས་སྟོང་པར་མཐོང་བ་དེ་ལས་རྟོགས་པ་པོ་གསལ་དབྱུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོ་ལས་ཆུང་དུ་དང་། གྲུབ་མཐའ་གོང་མ་བས་འོག་མ་ལས་ལྷུང་ཞིང་  
 ཟབ་པར་འགྱུར་རོ། །

གཞོན་པ་འདི་མ་ངེས་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་དག་ཐབས་ལ་ལྟོས་ནས་སྤང་བྱ་སྤང་  
 བ་ལ་ཁྱད་ཡོད་དོ་སྒྲིམ་ན། རྟོགས་བྱ་མ་རྟོགས་པའི་ཆ་ཡོད་པ་དེ་དང་བྲལ་

བའི་རྟོགས་བྱ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྤང་བྱ་སྤྲོང་བ་མིན་ན་སྤང་བྱ་ནམ་  
ཡང་མི་སྤྲོང་བར་འགྱུར་ཏེ། རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྤང་  
བྱ་སྤྲོང་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་དབེར་ན་ཉི་མ་ཤར་ཡང་སྤུན་པ་མི་སེལ་བར་ཁས་  
སྤངས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པ་ལ་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་  
དང་མ་འབྲེལ་བར་བསྐྱེད་མི་རུས་ལ། དེ་མ་སྦྱེས་ན་སྤང་བྱ་མི་འགག་ཅེས་  
ཁས་སྤང་བར་བྱ་ཡི། རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་པོ་ནས་ཡོད་ཀྱང་དེས་སྤང་བྱ་  
སྤྲོང་བ་གཞན་ལ་སྟོས་སོ་ཞེས་ཁས་སྤང་བར་མི་བྱ་སྟེ་མཁས་པའི་བཞད་གད་  
ཀྱི་གནས་སུ་འོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ཆོས་གཅིག་གི་སྤྲོང་བ་ཉིད་ཆོས་ཀུན་  
ཀྱི་སྤྲོང་ཉིད་དུ་བཤད་པ་མིན་ནམ། གཅིག་སྤྲོང་ཉིད་དུ་ཤེས་ན་དེས་འགྲེས་  
སྤྱར་ཏེ་ཀུན་ལ་མཐོང་རུས་པར་ཡང་སྤུས་དགག་རུས་སྟུམ་ན། ཆོས་ཐམས་  
ཅད་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གཅིག་པའང་ཁོ་བོ་འདོད། ཆོས་གཅིག་དེ་བཞིན་ཉིད་  
དུ་དེས་པའི་རིགས་པ་དེ་གཞན་ཀུན་ལ་སྟོས་སྤྱར་ནས་གོམས་ན་ཆོས་ཀུན་  
སྤྲོང་ཉིད་དུ་མཐོང་བར་ཁོ་བོ་འདོད་མོད་དེ། འོན་ཀྱང་གཤལ་བྱའི་གང་ཟག་  
ནམས་ལས་དང་དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་དང་། བཤེས་གཉེན་དང་ལམ་གྱི་འཇུག་  
སྟེའི་ཁྱད་པར་ལས་ལམ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་པ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་  
འདི་སྤྲུའི་གུ་གིས་དགག་རུས་ཏེ་མི་རུས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་གནས་སྐབས་ཁམས་  
སྤྱ་ཆོགས་པ་འདུལ་བའི་ལམ་སྤྱ་ཆོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། ཆོས་ཀུན་གྱི་གནས་

ལུགས་མཐར་ཐུག་པ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་གཅིག་ལས་མེད་པས་ན། དེ་རྟོགས་  
པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་ལམ་ཐམས་ཅད་འབབ་ཅིང་  
གཞིལ་བས་ན་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིགས་  
པས་བསྐྱབས་པ་འདི་ཁྱུ་སྐྱབ་ཡབ་སྐྱས་ཀྱི་སེང་གའི་སྐྱ་སྟེ་རྩུལ་འདིས་རི་སྐྱད་  
བཤད་པའི་དོན་དེ་དག་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱའོ། །

དེས་ན་ཉན་རང་ལ་ཆོས་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མེད་པ་དང་། རྟོགས་པར་  
རྟོགས་པ་ཡོད་པ་གཉིས་ཀ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་མིན་པས་ན་རྩུལ་འདི་  
རྩུར་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ་སྒྲོང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྩུལ་པོའི་ཡིད་བཞིན་རིན་པོ་ཆའི་  
མཛོད་ཀྱི་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཆ་ཤས་སྟོའི་དབུལ་བ་སེལ་བའི་ལོར་བྱའོ། །

དེས་ན་ཆོས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་སྒྲིམ་ནས་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་མཁྱེན་པ་ནི་དེའི་བྱེ་བྲག་སྟེ་ཉི་ཆོ་བའོ། ཆོས་བདག་འཛིན་  
ནི་སྟོངས་པ་སྒྲི་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ནི་དེའི་བྱེ་བྲག་སྟེ་ཤིང་དང་  
པ་ལ་ཤ་བཞིན་ནོ། གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་ནི་སེར་སྐྱ་སོགས་  
ཉན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲེ་ཞིང་། ཆོས་བདག་ལས་འཁོར་གསུམ་དུ་རྟོག་པ་  
ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲེའོ། དེས་ན་བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་མཁྱེན་པས་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་སྟོང་ལ། ཉན་རང་གི་ལམ་གྱིས་ཉན་  
མོངས་རྒྱང་བ་སྟོང་། སྟོང་རྩུལ་ཡང་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་དུ་སྒྲིབ་པ་གཉིས་  
པོ་ཀུན་བཏགས་ཀྱི་ཆ་སྟོང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་མཉམ་

པར་སྤང་ནས་ས་བརྒྱད་པར་ངར་འཛིན་གྱི་རྒྱ་བ་ལོག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དག་  
ས་པ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་མེད་ཀྱང་དེ་ལན་ཆད་ཤེས་སྒྲིབ་འབའ་ཞིག་སྤོང་། ས་  
བརྒྱ་པའི་ཐ་མར་གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ཤིན་ཏུ་ཐ་བའང་དོ་རྩེ་  
ལྷ་ལུའི་ཉིང་འཛིན་གྱིས་བཙོམ་པའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་བཞིན་  
ཉིད་ཏུ་མངོན་པར་གསལ་གསུང་སྤངས་བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་  
དོ་རྩེའི་སྒྲུ་བརྟེས་པ་ཡིན་ཏེ་ཚུལ་འདིར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་ཐམས་  
ཅད་དགོངས་པ་གཅིག་པ་ཡིན་གྱི་པོད་ཀྱི་ཞེ་འདོད་དང་བསྐྱེ་བར་མི་བྱ་ལ།  
གནད་འདི་ཤེས་ན་གཞུང་ལུགས་དུ་མའི་འགགས་རང་གྲོལ་ཏེ་དགོངས་པའི་  
ཚུ་བོ་ཡེ་ཤེས་གྱི་གྲོང་དུ་འདྲེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་བདེན་བཞི་མཐོང་བས་ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་ལུང་ཤིང་ཟད་པའི་མེ་  
བཞིན་མུངན་ལས་འདས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྟུམ་པ་ལ། སྤོང་ཉིད་མ་རྟོགས་  
བཞིན་བདེན་པ་མཐོང་བར་མི་སྤྱིད་པར་བསྒྲུབས་ནས། སྦྱོན་གཞན་ཡང་  
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མཐོང་བས་ཉོན་མོངས་ཙམ་སྤངས་ཀྱང་དེ་གྲོལ་བའི་  
མཐར་ཐུག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་ཁོ་ནས་གྲོལ་ན་ཉོན་མོངས་  
པ་མཐའ་དག་སྤངས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རིགས་ཏེ་འཆིང་བ་  
མེད་པར་འདོད་པས་སོ། །འདོད་ཟེར་ན། ཉོན་མོངས་པ་མེད་ཀྱང་འཕགས་  
པ་དག་བཙོམ་པ་མོདླལ་ལུ་ཆེན་པོ་ལྷ་ལུ་ལ་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་རུས་པ་སྒྲིབ་པ་ད་  
རུང་མཐོང་བ་ཡིན་པས་གཞོད་དོ། །སྦྱོན་མེད་དེ་སྤར་གྱི་ལས་ཉོན་གྱིས་

འཕངས་པའི་སྐྱེ་ཆེ་འདི་ལ་ལས་ཀྱི་རྒྱས་པ་འབྱིན་པར་མཐོང་ཡང་། དེ་ཞིག་  
 ཡང་སྤྲིད་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་སྤྲིད་པ་ཡིན་པས་དེ་མེད་ཅིང་དེའི་ཕྱིར་སྤྲིད་པ་  
 གཞན་དུ་མཆོམས་མི་སྦྱོར་ཞེས་ངེས་པ་ཉིད་དུ་སྦྱོར་ཞེ་ན། ཉན་རང་དག་  
 བཅོམ་པ་འདི་ལས་ཉོན་གྱིས་འཕངས་པས་སྤྲིད་པ་རྣམས་སུ་མཆོམས་མི་སྦྱོར་  
 དུ་ཆུག་ཀྱང་། འོན་ཀྱང་འདི་ཁྱོད་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་མར་མེ་རྒྱན་ཆད་པ་  
 བཞིན་དུ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་མིན་ཏེ་འདི་ལ་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ལུས་འགྲུབ་  
 པའི་རྒྱ་ཆོགས་པ་ཆང་ཞིང་གོགས་མེད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གང་ཞེན་དག་  
 བཅོམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་སྤྲིད་པ་འདི་རར་འཛིན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་  
 མིན་ཡང་། དཔེར་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་ཀུན་རྫོངས་ཏེ་ཡུལ་དུས་བསྐྱལ་  
 པའི་དངོས་པོར་མི་ཤེས་པའི་རྫོངས་པ་ཡོད་པར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་སྤྲིད་པ་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའང་ཅི་སྟེ་མེད། དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་ཀུན་རྫོངས་མ་ལོག་པས་  
 དེའི་འབྲས་བུའི་ཆ་ཡང་མི་ལྟོག་སྟེ། འདི་ལྟར་ཆོར་བའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྲིད་པ་སྦྱེ་  
 བ་ཡིན་ན། ཆོར་བའི་དག་བཅོམ་པ་དེ་དག་ལའང་ཡོད་པས་སོ་ཞེས་རྒྱ་ཆོགས་  
 གངས་ཆང་གི་གཏན་ཆོགས་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ། མ་དེག་བག་ཆགས་གྱིས་  
 དང་། དེའི་དབང་གིས་ཟག་མེད་གྱི་ལས་དང་། ཡིད་གྱི་ལུས་བསམ་མི་བྱུང་  
 འགྱུར་གྱི་འཆི་འཕོ་བ་རྣམས་མ་སྦྱངས་པས་གོལ་བ་གཏན་དུ་བ་མིན་ལ། སྤང་  
 བོ་སྤྲ་བ་རྒྱན་ཀྱང་མི་འཆད་པར་གདོད་ཐེག་ཆེན་དུ་འཇུག་དགོས་ཏེ། སྤང་  
 བྱ་གིན་དུ་སྤྲ་བ་མི་སྦྱོང་བའང་ཆོས་བདག་མེད་རྫོགས་པར་རྫོགས་གིང་བསྐྱོམ་

པ་མེད་པ་དེས་ནའོ། །འདི་ལ་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་ཙམ་སྤངས་པས་གྲོལ་  
ན་ཞེས་སྒྱུར་དགོས་ཀྱི། དག་བཙམ་པ་ལ་སྒྱུར་བ་མི་འཐད་ཅེས་དཔེ་ལ་ལར་  
བཤད་ཀྱང་རང་གི་ཞེ་འདོད་དང་མཐུན་པར་བྲིད་པ་ཙམ་སྟེ། ལ་རོལ་པོས་  
ཀྱང་མངོན་གྱུར་ཙམ་སྤངས་པས་གྲོལ་བར་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཐལ་བ་དེ་འདྲ་  
འབྲེལ་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དག་བཙམ་མོདླལ་ལྟ་བུ་ལ་སྒྱུར་ཏེ་རྒྱ་འབྲེལ་  
ཐམས་ཅད་ཞལ་འཆམས་པར་བཀྲལ་ཞིང་རིགས་པས་ཀྱང་གྲུབ་པའི་གཞུང་  
གི་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བྲ་ཡས་པར་མི་བྱའོ། །

ཡང་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བྱབ་པའི་བདག་འཛིན་གྱིས་དངས་པའི་སྟེད་པ་མངོན་  
གྱུར་རེ་ཞིག་སྤངས་ཀྱང་། གང་ཟག་དོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་  
འཛིན་ལྟས་དངས་པའི་སྟེད་པ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་བཤད་སྒྱུར་མཛད་ཀྱང་། རྒྱས་  
བུ་གཅིག་གི་རྒྱུད་ན་དུས་མཉམ་པའི་བདག་འཛིན་དུ་མས་དངས་པའི་སྟེད་པ་  
དུ་མ་ཡོད་པ་འགལ་ལ། རྒྱེ་མས་དངས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་  
ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་སྟེད་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཅི་སྟེ་ཡོད། གཞན་ངོར་  
ཐལ་བ་འཁེན་པས་མི་སྟོན་སྟུམ་ན་ལ་རོལ་པོས་འཛིན་ལྟས་དངས་པའི་སྟེད་  
པ་ཡོད་པར་མི་འདོད་པས་དེ་འདྲ་མི་འཐད་དོ། །སྟེད་པ་ལ་གཉིས་སྟེ་བ་  
གཞན་ངོར་ཡིན་ཅིང་དེའི་སྤྲུལ་མེད་ལ་རྒྱེ་མ་ཡོད་ཅེས་སྟོན་པས་མི་སྟོན་སྟུམ་  
ན་། ཟུང་པར་གང་ཡང་མ་སྒྱུར་བར་སྒྱིར་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་དང་།  
ཀུན་མོངས་བཞིན་དུ་ཞེས་པའི་ཚིག་གི་ལུས་པས་སྟེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་



པ་ཞིག་ཡོད་པར་བསྟན་གྱི། ཉན་མོངས་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཞིག་ཡོད་པར་ཅི་ལ་  
སྟོན་ཏེ་ཡི་གེའི་དོན་ལ་མ་ཞུགས་པའི་བྱིར། དེ་འང་དཔེ་དང་དོགས་སེལ་སྟོན་  
དུ་སོང་ནས་ཅི་སྟེ་མེད་ཅིས་པའི་དམ་བཅའི་ཆོག་ཙམ་ཞིག་བསྟན་གྱི། ཡོད་  
རྒྱུ་ཅི་ཞིག་ཡིན་དང་ཡོད་པའི་གཏན་ཆོག་སྟེ་གཉིས་ཀ་ཉམས་པའི་དག་འབྲེལ་  
མེད་དེ་འདྲ་སྟོབ་དཔོན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་གསུང་ལ་འབྱུང་བ་གནས་མེད་  
ཅིང་སྐབས་མེད་དོ། །

འོན་སངས་རྒྱལ་ལའང་སེང་ལྷེང་གི་ཆལ་པ་ཟུག་པ་སོགས་ལས་ཀྱི་རྣམས་པ་  
མ་མཐོང་ངམ་ཞེན་དེ་ནི་ཚུ་རོལ་མཐོང་པའི་བྱིས་བརྒྱམས་ཀྱི་རོར་དགོས་པའི་  
དབང་གིས་ཚུལ་བསྟན་པ་ཙམ་དུ་ཟད་དེ། ཀླན་རྟོག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་བྱུང་  
ཅིང་སྐུལ་པའི་གཟུགས་བརྟན་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་ལ་ལས་དངོས་སུ་སྒྲིབ་པ་དང་དུ་  
ཁའི་ཆོར་བག་ལ་ཡོད་དེ། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་བརྒྱམས་ཀྱི་སྐྱེ་ལྟ་བུ་བདེན་  
གྱི་ལྟ་མར་ཁྱོད་འདོད་ཅིང་སེམས་མ་འགགས་ལ་སྟོས་པ་མཐའ་དག་འགོག་  
པའི་རྒྱ་མེད་པ་བཤད་མ་ཐག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐྱིར་རོ། །དེ་དག་ན་མེ། ལུས་ཞིག་  
ཆོར་བ་བསེལ་བར་གྱུར། །འདུ་ཤེས་ཟད་ཅིང་འདུ་བྱེད་འགགས། །རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་བྱུང་གྱུར་པ། །དེ་འདྲ་འདི་ནི་སྐྱེ་བ་སྐྱེལ་མཐའ། །ཞེས་པ་བཞིན་  
དུ་གང་དག་བཅོམ་པ་དེ་དག་སྐྱེ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་གཏོང་བའི་ཆེ་ལུང་པོ་ལྟ་རྒྱུན་  
ཆད་ཅིང་ཞི་བར་ཅི་སྟེ་མི་འགྱུར་ཏེ། སྤྲུང་ཡང་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་མ་ཆང་བས་སྐྱུ་མ་  
ཟད་པའི་མར་མེ་བཞིན་ལོ་སྟོན་ན། དེ་དག་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཉན་མོངས་

པ་མེད་པས་སྤྱིད་པར་མི་སྦྱེ་ཡང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པའི་  
 ལྟོང་ཉིད་རྫོགས་པར་མ་རྫོགས་པས་དམིགས་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་དེ་ནི་  
 འཁོར་འདས་སྤང་གཉེན་དུ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་སོགས་སྤྱུགས་སམ་སྦྱོས་པ་འགའ་  
 ཞིག་ལ་གནས་པར་འགྱུར་གྱི། དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་རྟུ་ཞི་བ་ནི་མ་ཡིན་  
 འོ། །དེ་ཕྱིར་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོས་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་  
 གང་ཞིག་མཐའ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ལྟོང་ཉིད་དང་བུལ་བ་དེ་ནི་རེ་ཞིག་  
 འཁོག་པའི་དབྱིངས་སུ་འགགས་པར་གྱུར་པ་དག་སྤར་ཡང་སྦྱེ་བར་འགྱུར་  
 ཏེ། ཡིད་ཀྱི་ལུས་འཕེན་པའི་རྒྱ་ཟག་མེད་ཀྱི་ལས་དང་མ་རིག་བག་ཆགས་  
 ཀྱི་ས་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་གཉེན་པོ་སྦྱོས་པ་མཐའ་དག་འགགས་  
 པའི་ལྟོང་ཉིད་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་  
 གམ་དེའི་འབྲས་བུ་འདུ་ཤེས་མེད་པ་པའི་ལྟར་སྦྱེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་  
 བྱ་ངན་ལས་འདས་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྟོང་ཉིད་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་  
 སྤངས་ནས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ཕྱང་འདས་གང་ཡང་མི་ཐོབ་  
 བོ། །

གཞན་ཡང་རག་གང་ཞིག་ལྟག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས་མདོ་སྡེ་ལ་  
 འཇུག་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས་འདུལ་བ་ལ་སྤང་། ཤེས་རབ་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས་མདོན་པ་དང་མི་འགལ་བ་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་  
 དུ་འདོད་ནའང་དམན་པའི་སྡེ་སྟོང་གསུམ་དང་མི་མཐུན་པ་ཐེག་ཆེན་ནི་བཀའ་

མིན་ནོ་ཞེན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་ཡལ་ཆེ་བའང་བྱེད་ཅག་གི་མདོ་སྟོན་གས་  
 དང་མཚུངས་པར་འདོད་པ་མིན་ནམ་ཅི། གཤམ་ཏེ་མཚམས་མེད་པའང་ཁ་  
 ཅིག་དུ་མི་སྦྱང་བར་བཤད་པ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་ཏྲག་པར་བཤད་པ། འཁོར་  
 བ་མི་སྦྱང་བར་བསྟན་པ། གཟུགས་སྟོན་མེད་པར་བསྟན་པ་སྟོན་པ་དམན་  
 པའི་སྡེ་སྟོད་དང་མི་མཐུན་པ་མཐོང་བས་སོ་ཞེན། གཤམ་ཏེ་དམན་པའི་སྡེ་  
 སྟོད་དུ་མ་གཏོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་མིན་པའི་བརྗོད་བྱ་སྟོན་པའི་མདོ་  
 གཅིག་གིས་ནི་ཐེག་ཆེན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མིན་པར་འགྱུར་  
 བ། ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་དང་བརྗོད་བྱ་མཚུངས་པ་གཅིག་གིས་གཞན་གྱི་  
 གུང་རྒྱལ་བའི་གསུང་དུ་ཅིས་མི་འགྱུར། དེས་ན་སྟོན་པ་འདི་དབང་དུ་བྱས་  
 ཏེ་ཐེག་དམན་གྱི་སྡེ་སྟོད་ཁོ་ན་དང་འདྲ་དགོས་པ་མིན་ཏེ་བརྗོད་བྱ་བསྐྱབ་པ་  
 གསུམ་དང་མི་འགལ་བ་ལ་དགོངས་ནས་དེ་སྒྲུབ་ཏུ་བཤད་ན། དེ་ནི་ཐེག་ཆེན་  
 ལའང་ཐེག་དམན་ལས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་དེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས།  
 རང་གི་ཉིད་ལ་འདྲུག་པ་དང་། རང་གི་འདུལ་ལའང་སྤྱང་སྤྱིར་དང་། ཟུབ་  
 པའི་སྤྱིར་དང་རྒྱ་ཆེའི་སྤྱིར། ཆོས་ཉིད་དང་ནི་འགལ་བ་མེད། ཅིས་པ་བཞིན་  
 རོ། །ཡུམ་རྒྱས་པ་སྟོན་པ་བཀའ་ཡིན་ན་འོད་སྤྱངས་ཆེན་པོ་ལ་སྟོན་པ་ས་  
 དེའི་བརྗོད་བྱ་རྟོགས་རིགས་ཤིང་། དེ་ལས་སྒྲུ་མ་བརྒྱད་པ་བར་མ་ཆད་པ་  
 ལས་གཟུང་བར་རིགས་ནའང་དེ་མིན་པའི་སྤྱིར་བཀའ་མིན་ཞེན། ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་དག་གང་ཞིག་འོད་སྤྱངས་ཆེན་པོ་ལ་སྟོན་པ་ས་གུང་གཏིང་དཔོག་པར་

མ་གྲུང་པའི་ཟབ་པ་དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་མ་རྟོགས་པས་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་  
 མིན་ཞེས་སྤྲོད་པའི་རྒྱ་མཚོན་དེས་འདི་གཟུང་བྱ་མིན་པར་སྤྱིག་གིས་བྱེད་  
 དེ། ཐེག་ཆེན་ཉིད་ཟབ་པས་རྟོགས་དཀའ་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་ཤེས་སོ། །མདོ་  
 རྟེན་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། བདག་གིས་མི་ཤེས་སངས་རྒྱས་ཟབ་མོ་མཁྱེན་མ་ཡིན། །  
 ཟབ་མོ་ཅི་ཡི་བྱིར་ན་རྟོག་གིའི་ཡུལ་མ་ཡིན། ཅི་བྱིར་ཟབ་མོའི་དོན་རིག་པ་  
 དག་ཐར་འགྲུང་ཞེས། །བྱ་བ་དེ་ནི་སྐྱུ་པའི་གནས་སུ་རིགས་མ་ཡིན། །  
 དམན་པར་མོས་ཤིང་ཁམས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་དམན། །ཁྲོགས་པོ་དམན་པ་དག་  
 གིས་ཡོངས་བསྐྱོར་བ། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཆོས། །འདི་  
 ལ་གལ་ཏེ་མོས་མེད་གྲུབ་པ་ཡིན། །ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །ཤོ་ལོ་ཀ་འདི་གསུམ་  
 སྐབས་འཆོལ་བས་གཞུང་གི་ཆོག་མིན་ཏེ་གཞན་གྱིས་བསྒྲན་པའི་ཞེས་འགྲེལ་  
 བར་བཤད་མོད། གང་ལྟར་ཡང་རུང་ཆོག་གི་དོན་ནི་དེ་ལྟར་རོ། །ཡང་དེ་དག་  
 བ་རེ། གལ་ཏེ་སྤྲོད་པ་ཉིད་མཐོང་ན་འཁོར་བར་གནས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་  
 ལམ་དང་འབྲས་བུ་ལ་མི་བརྩོན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེན། དོན་དམ་པར་སྤྱུ་  
 བསྐྱེད་པ་མི་སྤྲོད་ཀྱང་། རང་སེམས་སྤོངས་པའི་དབང་གིས་སྤྱུ་བསྐྱེད་པ་  
 ཅན་གཞན་གྱི་དོན་དུ་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུར་མཐོང་བའི་སྤོངས་སྤྲོད་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་  
 དེ་ལ་སྤྱུ་ཀའི་འཛིགས་པའི་མཐའ་གཉིས་ཀ་ལས་གྲོལ་ཏེ། སྤྲོད་པར་གནས་  
 ཀྱང་སྤྲོད་པའི་སྦྱོན་གྱིས་མ་གོས་པ་འདམ་གྱི་བདུ་བཞིན་དུ་འཁོར་བར་གནས་  
 པ་གྲུབ་པ་འདི་ནི་སྤྲོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་འབྲས་བུ་སྟེ། གཞན་དུ་སྤྲོད་ཞི་མཉམ་

ཉིད་དུ་མ་རྟོགས་ན་སྤྱིད་ལ་སྦྱོར་དང་ཞི་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་སྦྱོས་ཞི་བ་སྟོགས་གཅིག་  
བར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་སྦྱོར་བ་ཉིད་ནམ་པར་བཞག་པའི་སྟོགས་  
ལ་སྦྱོར་འབྱེན་པ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཐེག་གསུམ་གྱི་བྱང་ཆུབ་འདི་ལ་རག་  
ལས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཐེ་ཆོམ་མི་ཟ་བར་སྦྱོར་བ་ཉིད་ནི་བསྦྱོམ་པར་བྱའོ། །  
སྦྱིབ་གཉིས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི་སྦྱོར་ཉིད་ལས་གཞན་དུ་མེད་ན་སྦྱིབ་གཉིས་བྲལ་  
བའི་ནམ་མཁུན་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དེས་ཇི་ལྟར་ན་སྦྱོར་ཉིད་སྦྱོམ་པར་མི་བྱེད།  
དངོས་པོ་གང་ཞིག་སྟུག་བསྟུལ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་སྟུག་རིགས་ནའང་།  
སྦྱོར་བ་ཉིད་སྟུག་བསྟུལ་ཐམས་ཅད་རྩད་ནས་འབྱེན་པ་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་འཛིགས་  
ཏེ་འཛིགས་པའི་གནས་མིན་བས་སོ། །གལ་ཏེ་འཛིགས་པ་པོ་བདག་འགའ་  
ཞིག་གྲུབ་པར་གྱུར་ན་ཡུལ་ཅིའང་རུང་ལ་འཛིགས་པ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ནའང་།  
བདག་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མིན་ན། སུ་ཞིག་འཛིགས་པར་འགྱུར་ཏེ་འཛིགས་  
མི་རིགས་སོ། །དེས་ན་སྦྱོར་ཉིད་ལ་ཁུམ་པ་སྤངས་ཏེ་ལྷུང་དུ་བསྦྱོམ་པར་གྱིས་  
གཤམ་ཅེས་མཆོམས་སྦྱར་ནས། གཉིས་པ་ལམ་བདག་མེད་དུ་རིགས་པས་  
གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ། དངོས་དང་། སྦྱོར་ཉིད་རྟོགས་པའི་བྱེད་ལས་གཉིས།  
དང་པོ་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཉིས། དང་  
པོ་ལ། ལྟན་སྦྱེས་ཀྱི་བདག་དགག་ ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་བདག་དགག་ དེ་ལྟར་  
བཀག་པ་ལ་རྩོད་པ་སྦྱོང་བའོ། །དང་པོ། བདག་རྒྱུད་ཀྱི་ཡུང་པོ་ལྷ་པོ་འདི་

ལ་བརྟེན་ནས་ངོ་སྤྲོད་པ་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པར་འཛིན་པའི་འཛིགས་ལྟ་  
འདིའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བདག་དེ་ནི་ཡོད་ན་སྤང་པོ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་ཡོད་དགོས་  
ཀྱི། འདི་ལས་གཞན་ཞིག་དུ་བདག་ཡོད་པར་མི་འདོད་པས་འདིར་བདག་  
དེ་ནི་ལྟར་གྲུབ་ཚུལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱེད་པར་བྱས་ན། མོ་སྤྲོད་ཅུ་ཅུ་གཉིས་  
དང་། སྒྲ་ཉི་ཐེ་ཆིག་སྟོང་དང་། མེན་མོ་ཉི་ཤུ་དང་། རུས་པའི་དུམ་བུ་སྤྲོད་  
བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་རྣམས་དང་། ཡུས་ཀྱི་ཁྲག་དང་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དང་། བད་ཀན་ཏེ་ཕོ་བ་  
སོགས་ཐེ་སྤྲུལ་ཀྱི་རྣམ་པར་ཡོད་པའི་གཤེར་བའི་ཁམས་དང་། རྒྱ་སྤྲུལ་དང་  
ཁྲག་རུལ་བའི་རྣམ་པའི་རྣམ་དང་། ཡུས་ཀྱི་སྤྱི་ནང་དུ་སྤྲུལ་བག་གི་རྣམ་པའི་  
ཞག་དང་། ཡུས་ཀྱི་རྒྱལ་དང་། སྒྲོ་མཚོན་དང་། སྤྲིང་ལ་སོགས་པའི་ནང་ཁྲོལ་  
གཞན་དང་། སྤྱི་སྤྲུལ་དེ་ཆེན་དང་། གཅིན་དང་ག་དང་པགས་པ་དང་། ཡུས་  
ཀྱི་དྲོད་དང་། དབུགས་འབྱེན་རྒྱུ་སོགས་ཡུས་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱུད་གི་ཁམས་དང་།  
ན་བ་སོགས་བྱ་གཞུང་སྤྲུལ་པའི་བདག་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་རྣམས་ནི་ཆ་དུ་མ་སྤེལ་  
བྱ་བ་རྒྱལ་སྤྲོད་མང་པོ་ལས་བྱུང་བ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཚོགས་པ་ལམ་  
ཡ་གྲུལ་བདག་མིན་ཏེ། མདོ་རྒྱུན་ལས། ངན་པར་གནས་མིན་མཚན་ཉིད་  
མི་མཐུན་སྤྱིར། །ཞེས་བ་བཞིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་རྒྱལ་གྱི་བདག་མིན་  
ཏེ་དུ་མ་དང་མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་སོ་ནས་བགས་པའི་བར་གྱི་སྤྲུལ་  
ཁམས་དང་། མེ་ཁམས་དྲོད་དང་རྒྱུད་གི་ཁམས་དང་། བྱ་གཞུང་མ་ལའི་

ཁམས་དང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཏེ་ཁམས་དྲུག་པོ་འདུས་པ་ལ་གང་ཟག་  
 ཅེས་བཏགས་ཤིང་ཞེན་པར་གྱུར་གྱི། ང་ཞེས་རྣམས་སྤྲོ་ཡོད་པ་མིན་ནོ། །འདི་  
 ལ་དབེར་ན་མུན་པ་ཚབ་ཚུབ་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་མིག་མིགས་ལ་བས་ཐག་ཁྲ་ལ་སྦྱུལ་  
 ཏུ་མཐོང་བ་ན་སྦྱུལ་འཛིན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་སྒྲེ་དེ་སྤྱིད་སྤྱིད་ལ་མ་ལྟོས་བར་མི་ལྟོག་  
 གོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐག་པ་ལྟ་བུ་ནི་ཡུང་པོ། མུན་པ་ཚབ་ཚུབ་དང་མིག་མིགས་ལ་  
 བ་ལྟ་བུ་འབྱུལ་སྤྱོད་མོངས་པ། སྦྱུལ་འཛིན་ལྟ་བུ་ནི་དར་འཛིན་ཏེ། དེ་ལ་  
 མུན་པ་དེར་ལག་བས་ཏུ་ཅིང་སྦྱུལ་བཅའ་ཡང་སྦྱུལ་དང་ལག་བ་མ་ཡང་ཀྱང་  
 ད་ཅུང་སྦྱུལ་འཛིན་མི་ལྟོག་པར་ཡིད་སྒྲག་ཏིང་པེ་འདུག་པ་བཞིན་དུ། མགོ་  
 བོ་བདག་ཡིན་ནམ། ལག་པ་བདག་ཡིན་ནམ་ཞེས་མིན་པར་ཤེས་ནས་ལུས་  
 ཀྱན་ཏུ་དབྱེད་དེ་བདག་མ་རྟོག་ཀྱང་བདག་མེད་ལ་ངེས་པ་མི་སྦྱེ་བ་ནི་དབྱེད་  
 པ་གནད་དུ་མ་སོང་བའོ། །དེ་ལ་མུན་ཁང་དེར་མར་མེ་གསལ་བ་བཏེགས་  
 ཏེ་ཀྱན་ཏུ་སྒྲུང་བར་བྱས་ནས་གང་སྦྱུལ་དུ་མཐོང་བ་དེ་ཉིད་ཐག་པར་ངེས་ན་  
 འདི་ན་སྦྱུལ་མེད་ཀྱང་ཐག་པ་ལ་སྦྱུལ་དུ་འབྱུལ་ལོ་ཞེས་ལུས་སྦྱུལ་མེད་པར་  
 མཐོང་ནས་སྦྱུལ་འཛིན་གྱི་སྒོ་རང་ཞི་བ་བཞིན་དུ། ཡུང་ལྟ་འདི་ལ་བདག་ཏུ་  
 བཟུང་བའི་བདག་ནི་བཏགས་པ་ཅམ་ལས་མེད་དོ་ཞེས་ཐེམ་མི་གྱི་དབྱེད་ཐག་  
 ཚད་པ་ཞིག་ཡུང་ན། དེ་གའི་རྒྱན་གོམས་པས་བདག་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་  
 མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ། བདག་ཤེས་པར་འདོད་པ་དགག། བདག་བེམ་པོར་འདོད་པ་

དགག་པའོ། །དང་པོ། བྱངས་ཅན་པ་ན་རེ། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་དེ་ཉིད་ཉི་  
 བྱ་ཅ་ལྟར་གནས་ཏེ། དེ་ལ་བདག་ནི་ཤེས་རིག་གི་སྒྲིམ་བུ་ནམ་འབྱུང་ཀུན་  
 ཟ་བ་པོ་ལམ་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོ་ཡིན་ལ་བྱེད་པོ་མིན་པ། རྟག་པའི་དངོས་པོ།  
 ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་བུལ་བ། བྱ་བ་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འདོད། དེའི་སྤྱོད་ཡུལ་  
 ཐམས་ཅད་ནི་གཙོ་བོ་ལས་བྱུང་སྟེ། རུལ་སྒྲུག་བསྐལ་དང་། སྒྲིང་སྟོབས་བདེ་  
 བ། ལུན་པ་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནམ་པ་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་ན་གཙོ་བོ་  
 ཞེས་བརྗོད་དེ། རྣམ་འབྱུང་ཉེར་གསུམ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་སྟེ་བུམ་པའི་རྒྱ་འཛིམ་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལས་སྒྲོལ་མཆོད་པོ་ཞེས་པ་མེ་ལོང་ངོས་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་དེར་  
 བྱིན་ས་དེ་ཙམ་ལྟ་དང་། བར་ནས་སྒྲིམ་བུ་གཉིས་ཀ་སྒྲུང་སྟེ། དེ་གཉིས་འདྲེས་  
 པ་ལྟ་བུར་མཆོམས་སྒྱུར་བར་བྱེད་དོ། །ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་དེའི་དབང་  
 ལས་ང་རྒྱལ་འབྱུང་སྟེ། དེའང་རྣམ་པར་འབྱུང་བ་ཅན། སྒྲིང་སྟོབས་ཅན།  
 ལུན་པ་ཅན་གྱི་ང་རྒྱལ་གསུམ་སྟེ་ཡོན་ཏན་གྱི་དབང་གིས་སོ། །དེ་དག་གི་ནང་  
 བས་དང་པོ་ལས་སྒྲུ་རེག་གཟུགས་རོ་བྱི་སྟེ་དེ་ཙམ་ལྟ་འབྱུང་སྟེ། ཡོན་ཏན་དེ་  
 དག་གི་དབང་གིས་ནམ་མཁའ་རྒྱུད་མེ་རྒྱ་ས་སྟེ་འབྱུང་བ་ལྟ་འབྱུང་ངོ། །སྒྲིང་  
 སྟོབས་ཅན་གྱི་ང་རྒྱལ་ལས་མིག་སོགས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྟ་དང་། དག ལག་  
 བ། ཀླང་བ། རྒྱབ། མདོམས་ཏེ་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྟ་དང་། ལུན་མོང་དུ་ཡིད་  
 ཀྱི་དབང་པོ་དང་བཅུ་གཅིག་འབྱུང་ངོ། །ལུན་པ་ཅན་གྱི་ང་རྒྱལ་གྱིས་དེ་གཉིས་  
 ཀྱི་གྲོགས་བྱེད་དོ། །དེས་ན་གཙོ་བོ་ནི་རང་བཞིན་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་ལུ་དང་།



ཆེན་པོ། ང་ཀྱེ། དེ་ཙམ་ལྟ་སྟེ་བདུན་ནི་རང་བཞིན་དང་རྣམ་འགྱུར་གཉིས་  
 ཀྱི་ཡིན་པའི་སྤྱེད་དང་། ལྷག་མ་བཅུ་དྲུག་པོ་ནི་རྣམ་འགྱུར་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་སྤྱེད་  
 དང་། སྤྱིས་སྤྱི་ནི་རང་བཞིན་དང་རྣམ་འགྱུར་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་པ་སྟེ་སྤྱི་བཞིན་པོ། །  
 སྤྱིས་སྤྱི་ནི་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། གཞན་བཅའ་པོ་དང་། གཙོ་བོ་དང་སྤྱིས་སྤྱི་རྟག་  
 པོ། །དེ་ལ་དེ་ལྟར་བདེ་སོགས་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་བཅའ་པོའི་རང་བཞིན་ཡིན་གྱི།  
 རང་ཤེས་པའི་རྣམས་སྤྱི་མེད་ཀྱང་། སྤྱོད་མ་ཆེན་པོ་ལ་སྤྱང་ནས་ཡོད་པ་བདག་  
 གིས་ལོངས་སྤྱད་པའི་ཆེ་བདག་ཤེས་པ་དང་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་མ་རྣམས་བསམ་བདག་  
 གི་བར་སྤྱོད་པ་ཙམ་དུ་འདོད་དོ། །དེ་ལྟར་འདི་བསམ་བདག་ཤེས་པར་འདོད་  
 ལ། རྩེ་བྲག་པ་སོགས་ཀྱིས་བཅའ་པོར་འདོད་པས་དེ་གཉིས་བཀག་པས་  
 གཞན་ཀྱུན་ཀྱང་ཁེགས་པར་འགྱུར་བས་དེ་འགོག་པ་ལ། དང་པོ་གྲངས་ཅན་  
 པའི་འདོད་པ་ལྟར་བདག་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་རྟག་པ་ནི་མེད་དེ། གལ་ཏེ་  
 སྤྱི་འཛིན་པ་ཡི་ཤེས་པ་དེ་རྟག་པ་ཞིག་ན། དུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོན་སྤྱི་འཛིན་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། རི་ལྟར་སྤྱི་འཛིན་བཞིན་པའི་སྤྱི་བས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དེ།  
 དེ་བཞིན་དུ་རྟག་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་ལ། དུས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱི་མི་  
 འཛིན་པ་ནི་ཤེས་པ་མི་རྟག་པས་མ་ཡིན་ཀྱང་། ཡུལ་སྤྱི་ད་ལྟ་ཡུལ་དུ་མེད་པས་  
 ཡིན་ནོ་སྟེ་མ་ན། ཡུལ་ཤེས་བྱ་སྤྱི་ལྟ་སྤྱི་མེད་ན་ཡུལ་ཅན་དེས་ཅི་ཞིག་རིག་  
 པའམ་ཤེས་ནས། སྤྱི་མ་ཆོན་གང་གིས་ན་ཡུལ་དེ་དང་དེ་ཤེས་པ་ཞེས་རྫོང་  
 པར་བྱེད། གལ་ཏེ་ཡུལ་དེ་བཟུང་བའམ་ཤེས་པ་མེད་ཀྱང་དེ་ཤེས་པའོ་ཞེས་

མེས་ཤིང་རྣམ་པར་འཛོག་ན། ཤིང་ཡང་སྐྱོ་སོགས་ཤེས་པའི་ཤེས་པར་  
 ཐལ་ཏེ། ཡུལ་མ་ཤེས་ཀྱང་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཡུལ་ཤེས་བྱ་  
 ཉིད་ཡུལ་དུ་གནས་པ་མེད་པར་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་མེད་ཅེས་སུ་ངེས་ཏེ།  
 ཤེས་པ་ནི་ཡུལ་གང་དང་གང་ཤེས་པ་དེ་ལ་ལྟོས་པ་ཅན་ཡིན་གྱི། ཡུལ་མ་  
 ཤེས་ཀྱང་ཤེས་པ་ཡིན་པ་ནི་མི་སྤྲིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་སྐྱོ་མེད་པ་བཞིན་དུ་  
 སྐྱོ་དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཡུལ་ཅན་སྐྱའི་ཤེས་པ་འང་རྒྱ་ལོག་པས་ན་ད་ལྟ་ག་ལ་  
 ཡོད་དེ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱའི་སྐྱད་ཅིག་གི་ཡུལ་ཅན་ཀྱང་སོ་སོ་ཡིན་པས་  
 ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པར་སྤྲོད་པ་ནི་མི་སྤྲིད་དོ། །ཁོ་ན་རེ། སྐྱོན་དེ་ནི་  
 མེད་དེ། སྤར་སྐྱ་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཕྱིས་གཟུགས་སོགས་གཞན་ཞིག་  
 ཤེས་པས་ན། ཤེས་པ་རྟག་པ་ཡིན་ཀྱང་ཤེས་བྱ་སོ་སོ་ལ་དམིགས་པའི་བྱུང་  
 པར་ཅམ་མོ་སྟམ་ན། སྤར་གྱི་སྐྱ་ཤེས་ཉིད་རྟག་པས་ན་གཟུགས་སོགས་མཐོང་  
 པ་དེའི་ཆེ་སྐྱོ་ཐོས་པ་འང་ཅི་སྟེ་མིན་ཏེ་སྤར་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་མ་དོར་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ཆེ་མི་ཐོས་པ་ནི་ཡུལ་སྐྱོ་མི་ཉེ་བའི་ཕྱིར་སྟམ་ན། ཡུལ་མེད་པ་དེས་  
 ན་ཡུལ་དེའི་ཤེས་པ་འང་མེད་དེ་རིགས་པ་སྤར་བཞིན། གཞན་ཡང་བྱུང་བདག་  
 ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པར་འདོད་ན། རྣམ་འགྱུར་མཐའ་  
 དག་ལ་ཉེ་བ་དང་མི་ཉེ་བའང་ག་ལ་འཐད་དོ། །གཞན་ཡང་སྐྱོ་འཛིན་གྱི་རང་  
 བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་གཟུགས་འཛིན་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་དེ་གཉིས་ངོ་བོ་  
 ཐད་དང་པས་སོ། །ཡང་འདི་ལྟར་ཡུལ་སྐྱོ་དང་གཟུགས་ལྟ་བུ་ནི་ཐད་དང་པ་ཡིན་



སུ་འགྱུར་བ་མི་སྤྲིད་དེ་ཕ་ནི་སྤྲི་ཕྱོན་དུ་ཡོད་པས་བྱུང་བའི་བྱིར། ཡང་སྤྲི་  
 རང་བཞིན་དུ་བདེན་བར་གྱུ་བ་ན་ཕར་འགྱུར་མི་སྤྲིད་དེ་སྤྲི་ཕྱོན་དུ་མི་སྤྲིད་  
 བའི་བྱིར། དེས་ན་དེ་བཏགས་པ་ཙམ་མོ། །བཏགས་པ་ཙམ་ནི་དེད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 འགོག་པར་མི་འདོད་མོད་དེས་ཁྱོད་ཀྱི་ཞེ་འདོད་འགྱུ་བ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་དོན་དམ་བར་ན་ཕ་ཡང་ཡིན་ལ་སུ་ཡང་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ཡོན་ཏན་  
 གསུམ་གྱི་སྟེང་ན་ཡོད་དགོས་ཏེ། འདི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་དོན་དམ་པ་ནི་ཡོན་ཏན་  
 གསུམ་ལས་གཞན་དུ་ཁས་མ་སྤྲངས་པས། ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 མཆོག་། མཐོང་བའི་ལམ་དུ་འགོ་མ་ཡིན། མཐོང་བའི་ལམ་དུ་གང་གྱུར་བ། །  
 གླུ་མ་ལྟ་སུར་ཤིན་ཏུ་གསོག་། ཅིས་འདོད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་འད་སྟོང་སྟོང་བས་  
 རུལ་དང་ཐུན་པའི་ངོ་བོ་ནི་སྤྲི་ཕྱོན་ལ་ཕ་ཡང་མིན་ཏེ། རྣམ་འགྱུར་ཐམས་ཅད་  
 ནི་དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་དེ་དོན་དམ་བར་སུ་ལ་སྟོས་ནས་སུར་འཛིག་ཅིང་  
 སུ་ལ་སྟོས་ནས་ཕར་བཞག་སྟེ་གང་དུ་འད་བཞག་མི་རུང་རོ། །དེས་ན་ཁྱོད་  
 དོན་དམ་པ་ཡོན་ཏན་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་བསམས་ཏེ་གཟུགས་འཛིན་  
 གྱི་ཆོན་འད་སྟོང་འཛིན་ཡོད་དོ་བསམས་ན། རྣམ་འགྱུར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆ་ཐམས་  
 ཅད་འཛིན་བའོ། །ཡང་ན་སྟེའི་དུས་ན་འད་སྟོང་འཛིན་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་  
 འགྱུར་ཐམས་ཅད་ལ་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་པས་ཁ་ཅིག་གི་ཆོན་འཛིན་པ་  
 དང་ཁ་ཅིག་ཆོན་མི་འཛིན་པ་མི་སྤྲིད་དོ། །དོན་ཀྱང་མ་གྱུ་བ་སྟེ་གཟུགས་འཛིན་  
 པ་དེ་སྟོ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་འད་ཡོད་ན་སྤྲི་དུ་རུང་བས་དམིགས་དགོས་

ན། གཞུགས་འཛིན་དེ་ནི་སྐྱེ་འཛིན་དང་ལྡན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་ནམ་  
ཡང་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་གཞུགས་ལ་སྐྱེའི་ཤས་ཡོད་པར་  
ཡང་མི་མཐོང་ངོ། །ཡང་ཁོ་ན་རེ། གཞུགས་འཛིན་དེ་སྐྱེ་འཛིན་གྱི་རང་བཞིན་  
དུ་མ་མཐོང་ཡང་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ནི་གཅིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གར་མཁན་  
གཅིག་ཉིད་སྔོན་ལྟའི་ཆ་བྱད་བྱས་པ་དང་། ཕྱི་དོ་གནོད་སྦྱིན་གྱི་ཆ་ལུགས་  
བྱས་པ་བཞིན་དུ་སྔར་གྱི་སྐྱེ་ཤེས་དེ་ཉིད་ཚུལ་གཞན་གཞུགས་ཤེས་གྱི་ནམ་  
པར་སྔར་བའི་སྐྱོན་ས་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྔར་གྱི་ཤེས་པ་དེ་དྲག་པ་མིན་  
པར་ཐལ་ཏེ། སྔར་གྱི་ཚུལ་ཉིད་བཏང་ནས་གནས་སྐབས་གཞན་ཐོབ་པའི་  
ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཚུལ་སྔ་མ་ལས་གཞན་པའི་ཚུལ་ཐོབ་ནས་དེ་གཉིས་སོ་སོར་  
སྔར་བར་གྱུར་གྱུར་ད་ཅུང་སྔར་གྱི་དེ་ཉིད་ཡིན་གྱི་གཞན་མིན་ན། དེ་འདྲའི་  
གཅིག་ཉིད་དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་འདིར་ཤེས་བཞིན་གྱི་ཡུལ་དུ་སྔོན་མེད་པའམ་  
མ་བྱུང་བའི་གཅིག་ཅིག་གོ་ཞེས་བསྟིང་ཆོག་མཛད་པ་སྟེ། རི་ལྟར་ན་གཅིག་  
ཅས་པ་ཆོས་གང་གི་ངོ་བོར་སོ་སོར་དབྱེར་མེད་པ་ཞིག་དང་སོ་སོར་དབྱེ་བ་ལ་  
ཐ་དད་དུ་བཞག་མོད་གྱི། འདི་ནི་སོ་སོར་དབྱེ་བ་དངོས་སུ་མཐོང་བཞིན་  
གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན་པའི་འགལ་བ་མངོན་སུམ་པའོ་ཞེས་སོ། །གལ་ཏེ་སོ་སོར་  
མཐོང་ཡང་གཅིག་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་རིལ་པོ་གཅིག་ཏུ་ཐལ་ལོ། །དེས་ན་  
གར་མཁན་གྱུར་ནམ་པ་གཞན་དང་གཞན་ཐོབ་པའི་སྐབས་སོ་སོ་ཐ་དད་པའི་  
སྐད་ཅིག་གཞན་ཡིན་གྱི། དོན་དམ་པར་གཅིག་སྤྱི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡིན་ན་དེར་

ཡང་དབྱེད་པ་མཚུངས་པས་སོ། །གལ་ཏེ་ནམ་འགྲུར་སྐྱེ་ལ་སོགས་པས་ཁྱད་  
 པར་དུ་བྱས་པའི་ཤེས་པའི་ཚུལ་གཞན་དང་གཞན་དུ་སྒྲུབ་པ་དེ་ནི་གནས་སྐབས་  
 ལ་ལྟོས་པའི་ལྟར་སྒྲུབ་ཅམ་ཡིན་གྱི་བདེན་པ་མིན་ཏེ། ཤེལ་སྒྲོང་དཀར་པོ་  
 ཚོན་གྱིས་བསྐྱར་བ་ཤེལ་གྱི་གཤིས་ལ་མི་བདེན་པ་བཞིན་ལོ་ཞེན། ཚུལ་གཞན་  
 སྐྱེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཆ་མི་བདེན་དུ་ཆུག་ཀྱང་།  
 རང་གི་ངོ་བོ་བདེན་པ་དེ་ཡི་རང་བཞིན་རིམ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་སྟོན་ཤིག་ཅེས་སོ། །  
 དེ་ལ་ལན་དུ། ཡུལ་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་ཤེས་པ་ཅམ་ཞིག་ནི་ཤེས་  
 པ་སྤྱི་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱད་མེད་པར་རྗེས་སུ་འགོ་བས་ཤེས་པ་ཅམ་གྱི་གཅིག་  
 ཉིད་དེ་ཡིན་ལོ་ཞེན། དེ་ལྟར་ན་སྤྱི་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཀུན་གཅིག་ཉིད་དུ་ཐལ་  
 ཏེ་ཤེས་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པ་ཡིན་པ་ཅམ་རྗེས་སུ་མི་འགོ་མི་མྱིད་པས་  
 སོ། །གཞན་ཡང་སེམས་པ་ཅན་བདག་དང་སེམས་མེད་གཙོ་བོ་སོགས་ཉིད་  
 བཞི་བོ་དག་ཀྱང་གཅིག་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་གང་གི་སྤྱིར་ན་དེ་ཐམས་ཅད་ཡོད་  
 པ་ཅམ་དུ་མཚུངས་ཤིང་ཁྱད་པར་མེད་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་  
 ལ་ཤེས་པ་མིན་པ་གཞན་བསལ་བ་འཕམ་གཞན་ལས་ལོག་པའི་ཆ་ནས་ཤེས་  
 པ་ཅམ་ལྟོག་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་བདག་སྐྱེས་པ་ཡིན་གྱི། རོན་ལ་ཡུལ་དང་བྲལ་བའི་  
 ཤེས་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་བོ་གཅིག་ནི་མི་མྱིད་དེ་གཟུགས་མེད་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་  
 བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ཤེས་བྱ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་མི་མཐུན་པ་བསལ་  
 བའི་ལྟོག་པ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ལ་སྤྱི་ཞེས་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ནི་རང་སྣེ་ནང་པའི་ཐ་

སྒྲིག་གི་ཚུལ་སྒྲུབ་མེད་པ་སྟེ་འདིར་ཡང་ཤུགས་ཀྱིས་དོན་དེ་བསྟན་པ་ལོ། །  
གལ་ཏེ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱར་པའི་གནས་སྐབས་ཐ་དད་པ་དག་མི་བདེན་པའམ་ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་ཡིན་ཀྱང་། བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་ཁྱད་མེད་ཏུ་འདྲ་བའི་རང་བཞིན་གཅིག་  
སུ་པ་ཞིག་ཅི་སྟེ་མེད་སྟུམ་ན། དེ་ནི་ཁྱད་པར་ཚམས་ལ་གཅིག་ཏུ་འབྱུལ་པའི་  
སྤྱི་ཡོད་འཛིན་གྱི་ལོག་རྟོག་སྟེ། འདི་ལྟར་བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་བསལ་བའི་ཕ་  
རོལ་ན་སྤྱོད་མེད་ཏུ་འདྲ་བའི་རྟོན་ནམ་སྤྱི་གཅིག་སུ་ཞིག་གང་ཡིན་ཏེ་ཅི་ཡང་  
མེད་དོ། །

གཉིས་པ། དེགས་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ན་རེ། འདི་ལྟར་ཤེས་བྱ་ནི་ཆོག་གི་  
དོན་དུག་ཏུ་འདུ་སྟེ། གང་ཞེན། རྒྱས་དང་ཡོན་ཏན་ལས་དང་སྟེ། བྱེ་བྲག་  
འདུ་བ་ཚམ་པ་དུག ཅིས་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་དགུ་སྟེ། བདག་དང་།  
དུས་དང་། རྒྱལ་དང་། རྩོགས་དང་། བམ་མཁའ་དང་། ས་རྒྱ་མེ་རླུང་དོ། །  
དེ་ལ་དང་པོ་ལྟར་པའི་རྒྱས་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་བཞི་མི་རྟག་པའི་རྒྱས་སུ་འདོད།  
རྒྱས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་ལས་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་རྟོན་བྱེད་པ་ཞིག་ཏུ་འདོད། ཡོན་  
ཏན་ཉིད་བཞི་སྟེ། གངས་ཚད་ལྡན་པ་སོགས་བཅུ་གཅིག་རྒྱས་གཞན་གྱི་  
ཡོན་ཏན་དང་། བདེ་སྤྱད་སོགས་བཅུ་གསུམ་ནི་བདག་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་  
ཏན་ཏུ་འདོད་དོ། །ལས་ནི་བརྒྱུད་བསྐྱམ་འདེགས་འཛོག་འགྲོ་བ་ལྟ། སྤྱི་ལ་  
ཁྱབ་པ་དང་ཉི་ཆོ་བ་གཉིས། བྱེ་བྲག་ནི་ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པའི་རང་བཞིན།  
འདུ་བ་ནི་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེའང་ཐ་དད་དང་ཐ་མི་དད་ཏུ་འདུ་

བ་གཉིས་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་དབྱེ་བ་མང་ངོ་། །བདག་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་  
 བྱེད་པ་དང་རྟག་པ་ཉིད་དུ་འདོད་པས་ཤེས་པ་མིན་ཏེ། ཤེས་པ་ཡིན་ན་མི་  
 རྟག་ཅིང་མ་བྱེད་པར་འགྱུར་བས་ན་བདག་ལ་ཤེས་པ་མེད་ཀྱང་། ཤེས་པ་  
 དང་འདྲ་བས་ན་བདེ་སྟགས་བདག་གི་ཡིན་པར་ཞེན་གྱི། དོན་ལ་བདེ་སྟགས་  
 ནང་གི་བཅའ་པོ་ཉིད་དུ་འདོད་དོ། །བདག་ཐམས་ཅད་ལ་བྱེད་པར་ཡོད་དེ་  
 བདག་གི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་སོ་ཞེས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་སེམས་མེད་  
 པའང་བདག་མིན་ཏེ་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར་བུམ་སྒྲུམ་ལ་སྟགས་པ་བཞིན།  
 བདག་ནི་ལས་བྱེད་པ་པོ་དང་བདེ་སྟགས་ཀྱི་རྟེན་དུ་འདོད་ན་སེམས་མེད་པ་དག་  
 བྱིན་ནམ་ཡང་བདེ་སྟགས་ཀྱི་རྟེན་དུ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་ངོ་། །འོན་ཏེ་བདག་  
 རང་ཉིད་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོར་མེད་ཀྱང་སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པས་དེའི་  
 ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ཡུལ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེན། དེ་ལྟར་ན་བདག་  
 གིས་ཡུལ་མི་ཤེས་པར་འདོད་པའམ། ཤེས་པ་མེད་པར་ཁས་སྒྲུངས་པ་འཛིན་  
 པར་ཐལ་ཏེ། དེ་ཡུལ་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་  
 ན་སྒྲར་མི་ཤེས་པའི་བདག་ད་ལྟ་ཤེས་པར་གྱུར་པས་མི་རྟག་པར་ཐལ་ལོ། །  
 ཅི་སྟེ་བདག་ལ་འགྱུར་བ་མེད་པར་རྟག་ན། སེམས་པས་ཀྱང་བདག་དེ་ལ་ཡུལ་  
 ཤེས་པའི་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་ཏེ་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་ཐལ། བདག་འགྱུར་  
 མེད་ལ་སྒྲར་གྱི་རང་བཞིན་ལས་གཞན་པར་བསྒྱུར་བའི་བྱ་བ་བྱེད་མི་རུས་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། ཚོན་གྱིས་ནམ་མཁའ་སྟོ་སྟགས་སུ་མི་རུས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་



ཤེས་པ་མེད་པའི་བཅའ་པོ་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ནམ་མཁའ་  
འདི་བདག་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲོམ་པར་བྱས་པ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། །ཀྱེ་མ་རིགས་པ་  
ཅན་གྱི་སྒྲོ་གྲོས་ལ་ལྟོས་ཞེས་སོ། །

གསུམ་པ་རྩོད་སྒྲོང་ལ། ལས་འབྲས་མི་འཐད་པ་དང་། སྤྱིང་རྩེ་མི་འཐད་པར་  
རྩོད་པ་གཉིས། དང་པོ། བདག་ཡོད་དུ་སྒྲུབ་ནམས་ན་རེ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་  
འདོད་པ་ལྟར་བདག་ཡོད་པ་མིན་ན། ལས་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་བ་མ་འཆོལ་  
བའི་རྣམ་བཞག་མི་འཐད་དེ། ལས་བྱེད་པ་པོའི་བདག་ནི་འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་  
དུ་འགོ་བཅི་སྤྱིད་པས་འབྲས་སུ་འདི་དུས་སུ་མེད་ཅིང་། སུང་པོ་སྐྱད་ཅིག་གིས་  
སྒྲེ་འགག་བྱེད་པས་ན་ལས་བྱས་པའི་སྐྱད་ཅིག་དེ་ནས་བྱེད་པ་པོ་འགག་ཅིང་  
ཞིག་པས་ལས་དེ་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ལ་ནི་སྒྲིན་མི་སྤྱིད་ལ། དེ་ལ་མ་སྒྲིན་ན་གཞན་  
གྱི་ལས་གཞན་ལ་སྒྲིན་པ་མི་འཐད་པས་སུ་ཞིག་གིས་སྐྱོང་བར་བྱ་བའི་ལས་  
སུ་འགྱུར་ཞེས་སྒྲོལ་བ་ན། རེ་ཞིག་མགོ་བསྐྱེལ། བྱ་བ་བྱེད་པའི་གནས་  
སྐབས་དང་། འབྲས་སུ་ཉམས་སུ་སྐྱོང་བའི་གནས་སྐབས་གྱི་རྟེན་ནམ་གཞིར་  
གྱུར་པ་སུང་པོ་དག་ནི་ཐ་དད་ཡིན་པར་ནི་འུ་བྱ་གཉིས་ཀས་འདོད་ལ། སུང་  
པོ་ལས་གཞན་པའི་བདག་རྟག་པ་དེ་ནི་སེམས་མེད་པའམ་རྟག་པ་ཡིན་པས་  
ན། རྟག་པ་ནི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་ཆད་མས་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རྩོད་  
པ་འདི་འུ་བྱ་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུབ་པས་འདི་རང་རེ་གཉིས་ཀས་སྤང་དགོས་གྱི།  
ཁོ་པོ་ལ་སྒྲིན་འདི་སྒྲུབ་པར་སེམས་པ་ནི་དོན་མེད་དོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལྟ་ན་འང་

སྒྲིན་དེ་ཁོ་བོའི་ལུགས་ལ་ནི་སྤང་བར་བྱས་ཀྱི། བྱོད་ཀྱིས་ནི་ནམ་ཡང་མི་བྱས་  
 སོ་ཞེས་སྒྲིན་བ། ལས་བྱེད་བ་པོ་ཉིད་ལ་སྒྲིན་ཞེས་བ་འདི་འདྲ་རྒྱུད་གཅིག་གི་  
 དབང་དུ་བྱས་པའི་རྣམ་བཞག་སྟེ། རྒྱ་མ་འགགས་པར་ལྷན་བཞིན་དུ་དེའི་  
 འབྲས་སུ་མཐོང་བ་ནི་མི་སྲིད་དེ་རྒྱ་ལས་འབྲས་སུ་འབྱུང་དགོས་པས་སོ། །  
 དེས་ན་འབྲས་སུ་འབྱུང་བའི་དུས་ན་རྒྱ་འགགས་པས་བྱབ་ཀྱང་། རྟེན་འབྲེལ་  
 བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་དབང་ལས་འབྲས་སུ་འབྱེན་པར་ནི་དེས་ལ། དེ་འདྲའི་འབྲས་  
 སུ་དེ་འདྲ་རྒྱའི་ཚོགས་པ་གང་དུ་ཆོང་བ་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་དེ་ཉིད་དུ་སྒྲིན་གྱི།  
 གཞན་དུ་མ་ཡིན་ཏེ་ས་བོན་ས་ལ་བྱབ་པ་བྲག་ལ་མི་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་  
 ན་མུང་པོ་ལྷའི་རྒྱན་རིགས་འདྲ་བར་མ་ཆད་པའི་རྒྱུད་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ལས་བྱེད་བ་པོ་དང་། འབྲས་སུ་ལོངས་སྤྱོད་བ་པོ་གཅིག་པའི་རྣམ་བཞག་  
 མཛད་དེ་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོའི་ཚུལ་ལུགས་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་གནས་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལྟར་ན་རྒྱུད་གཅིག་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པ་མིན་  
 ནམ་ཞེན་མིན་ཏེ། རྒྱུད་ནི་ཐོང་བ་བཞིན་དུ་བྲག་གས་པ་སྟེ་དོན་ལ་མི་སྲིད་  
 ཏོ། །དེ་འདྲ་གཟུགས་རྒྱས་གཞོན་དང་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མི་གཅིག་པར་རྟོགས་པར་  
 སྒྲུ་མོད། སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་གསུངས་བ། འདས་པའི་སེམས་འགགས་  
 ནས་མེད་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་སེམས་མ་སྐྱེས་ནས་མེད་པའི་བྱིར་བདག་  
 མིན་ཏེ་བདག་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་འགལ་བས་སོ། །འོན་ཏེ་སྐྱེས་སེམས་  
 ད་ལྟ་བུ་འདི་བདག་གོ་སྟུམ་ན། ད་ལྟའི་སེམས་དེ་ཞིག་པར་གྱུར་པ་ན་ཡང་

བདག་མེད་པར་འགྱུར་ན། ཁྱོད་བདག་ནི་ལྷ་མ་ནས་འདིར་འོང་། འདི་ནས་  
ཕ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཏུ་སྒྲོམ་ས་པས་སྒྲེས་སེམས་ཀྱང་བདག་མིན་ནོ། །དེའི་  
ཕྱིར་འཇུག་པ་ལས་ཀྱང་། བྱམས་པ་ཉིར་སྦས་ལ་བརྟེན་ཆོས་རྣམས་ནི། །  
གཞན་ཉིད་ཕྱིར་ན་རྒྱུད་གཅིག་གཏོགས་མིན་ཏེ། །གང་དག་རང་མཚན་ཉིད་  
ཀྱིས་སོ་སོ་བ། །དེ་དག་རྒྱུད་གཅིག་གཏོགས་པར་རིགས་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་  
བཞིན་རྒྱུད་བདག་ཡིན་པ་འགོག་པའི་དོན་ཏོ། །དཔེར་ན་རྩ་ཤིང་ནི་སྤྲོད་པོ་  
སྒྲོན་པ་སྒྲ་བའི་ཆ་མེད་པ་ཁོང་སྤྲོད་གསོལ་ཅན་དེ་ཆ་ཤས་སྤྱེན་སྤྲོད་པོ་སྒྲ་མཁྲིག་  
གི་ཆ་འགའ་ཡང་མི་རྟོག་པར་ཕར་ཕར་མེད་འགྲོ་བ་བཞིན། རྣམ་པར་དབྱེད་  
པས་བཅའ་ན་བདག་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ།  
གལ་ཏེ་བདག་གམ་སེམས་ཅན་ཡོད་པ་མིན་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སྒྲ་  
ལ་དམིགས་ནས་སྤྲོད་རྗེ་སྤྱོད་པར་བྱེད་དེ་ཡུལ་མེད་པས་སོ་ཞེ་ན། དོན་དམ་  
པར་སྤྲོད་རྗེའི་ཡུལ་དང་བྱེད་པོ་མི་དམིགས་ཏེ། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
ནི། ཏྲག་ཏུ་མ་འགགས་མ་སྒྲེས་ཉིད། ཅེས་འཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་འབྲའི་  
དམིགས་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་མ་འཕྲོངས་ན་སྤྲོད་རྗེ་ཕ་མཐའ་དང་བུལ་བ་ཡོངས་སྤྱད་ག་  
པར་མི་འགྱུར་དོ། །གནས་རྩལ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་མོད། ཁོན་ཀྱང་འགྲོ་བ་རྣམས་  
ཀྱིས་མུང་སོགས་ལ་བདག་ཏུ་བདགས་ཤིང་ཞེན་པར་གྱུར་བའི་སྒྲོ་རོང་སྤྲོད་  
རྩལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བདེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་དུ་ཡོད་པ་ལ་བསྟོན་མི་རུས་པས།  
མི་ལམ་ལྟ་བུའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྲོད་བ་རྒྱུན་ཆད་པའི་མི་གནས་པའི་བྱ་ངན་

ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་དགོས་  
པའམ་འབྲས་སུའི་དོན་དུ་བདག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་དགྲོལ་བར་བྱའོ་  
ཞེས་ཁས་སྒྲུངས་གིང་ཁུར་དུ་བརྒྱུད་པའི་སེམས་ཅན་ནི་དོན་དམ་པར་ཡོད་  
པས་མ་ཡིན་ཏེ། རྫོངས་པས་བདག་ཏུ་བདགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དབང་  
གིས་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་བདག་མེད་མཐོང་ཡང་སྙིང་  
རྗེའི་ཡུལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པས་ན་བདག་ཡོད་  
པ་ལྟ་བུར་དོན་མེད་པར་སྟག་བསྐྱལ་གྱི་སྙིང་བ་ཁོར་ཡུག་ཏུ་སྤྱོད་བ་ཡོད་པ་  
དེས་ན་དེ་ལ་དམིགས་ནས་སྙིང་རྗེ་འཇུག་སྟེ། འདི་ལྟར་བྱང་སེམས་དེ་ནི་  
བདག་དོན་ལ་མི་ཆགས་པ་དང་། གཞན་དག་དོན་མེད་བཞིན་དུ་སྟག་བསྐྱལ་  
བར་མཐོང་བ་དང་། བདག་བས་གཞན་གཅེས་པའི་སྟོ་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་  
བ་དང་། གཞན་གྱི་སྟག་བསྐྱལ་ཡང་གཉིད་འཐིབ་པོ་བཞིན་དུ་སེལ་བྱས་  
བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཅན་མེད་ན་གང་གི་དོན་དུ་འབད་པའི་  
འབྲས་སུ་སངས་རྒྱས་དེ་སུ་ཞིག་གིས་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་འབྲས་སུའི་  
དོན་དུ་ཁས་སྒྲུངས་པ་ཞེས་པའང་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། དོན་དམ་པར་བདེན་  
ཏེ་ཐོབ་པ་པོ་སེམས་ཅན་དང་ཐོབ་བྱའི་འབྲས་སུ་བདེན་གྱུ་བུ་མེད་པར་ཡང་  
སྤྱངན་ལས་འདས་པ་དང་མ་འདས་པའང་དེ་ཉིད་དུ་ན་བྱུང་བར་མེད་ཅེས་  
འདོད་དོ། །འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་རང་རང་གི་སྣང་ཆུལ་གྱི་ངོར་ཡོད་དེ་བཤད་  
མ་ཐག་པ་ལྟར་རྫོངས་པས་བདག་ཏུ་ཞེན་པ་ལས་ཀུན་ཉོན་འཁོར་བའི་སྟོགས་

དང་། དེ་ལྟོག་པའི་རྣམ་པུང་གི་ཚུལ་གཉིས་ཀ་གྲུབ་ཅིང་། བྱང་འདས་ཞེས་  
གཞན་ན་མེད་གྱི་སྒྲོ་ཁོར་བའི་རྣམ་ཏོག་ཟད་པ་ལ་བཏགས་ཏེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་  
ལས་དེ་ཕྱིར་ཐར་པ་ཁོར་ཙམ་ཟད་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །  
དེས་ན་རྫོངས་པའི་དབང་གིས་གཞུང་འཛིན་གྱི་སྒྲོས་པས་བཟུང་པ་ལ་འཁོར་  
བ་སྒྲུང་ངོར་མི་བསྐྱུ་བ་ཡོད་ལ། དེའི་དབང་གིས་འཁོར་བ་ལྟོག་པའི་བྱང་  
འདས་ཀྱང་ཡོད་དེ། གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པའི་མི་མི་གཞན་དང་སྦྱོད་ཡུལ་  
མཐུན་པར་གནས་ཀྱང་ཁོའི་སྒྲུང་ངོ་ལ་འབྱུང་བའི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་གི་སྒྲུང་བ་ཡོད་ལ་དེས་དེ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཞིང་སྐྱུག་བསྐྱུལ་དེ་དང་བུལ་  
བའི་བདེར་གནས་ཀྱང་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དོན་དམ་པར་སྤྲིད་དང་  
ཞིབར་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་འཆིང་གོལ་འཐད་གྱི། གཞན་དུ་མ་ཡིན་  
ཏེ། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། །དེ་ནི་མེད་ཉིད་མི་འགྱུར་རོ། །རང་  
བཞིན་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི། །ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་  
བཞིན་ནོ། །འོ་ན་ཐོབ་པ་མེད་པ་ལ་ཐོབ་པར་རེ་ནས་ལམ་སོགས་ལ་ཁྱོད་  
སྒྲོབ་པས་ཅི་བྱ་སྟེ། རྫོངས་པ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བརྒྱུག་བྱ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
དོན་དམ་པར་ཐོབ་པ་མེད་ཀྱང་སྒྲུང་ཚུལ་ལ་ཡོད་པས་ན། དེ་ཞིག་ཆོས་ཉིད་  
མདོན་དུ་གྱུར་པའི་སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་འབྲས་བུ་མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་  
ལ་ཀུན་རྫོབ་ཙམ་དུ་ཐོབ་བྱུང་ལྟ་བུའི་རྫོངས་པ་ནི་བརྒྱུག་པར་མི་བྱ་སྟེ། འདི་  
ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲིད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཉེ་བར་ཞིབར་བྱེད་དགོས་པས་སོ། །

མཐར་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྒྲིམ་པ་མཐའ་དག་བྲལ་བ་ན་སྤོང་ཁིར་མངོན་པར་  
 ཞེན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་ལྷ་མོ་འདི་ཡང་ལྷོག་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་སངས་རྒྱུས་གྱི་  
 ས་ཡིན་གྱི། ད་ལྟ་སྒྲོང་མི་རྣམས་ཏེ་བདེན་གཉིས་ཟུང་དུ་མ་ཚུད་པར་གནས་  
 སྒྲུང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་མཐུན་པའི་བྱིར། དེས་ན་སྒྲུང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་  
 ཏེ་འབྲས་བུ་ལ་སྒྲོབ་པར་ཅི་སྟེ་མི་བྱེད་དེ། གནས་སྒྲུང་མི་མཐུན་པ་འདི་སྒྲུང་  
 དགོས་ཀྱང་ད་ལྟ་སྒྲུང་མ་རྣམས་ཤིང་ནམ་སྒྲུང་ས་པར་གྱུར་པ་ན་ཐོབ་པ་འདང་མེད་  
 ལ་སྒྲུང་བ་འདང་མེད་པའི་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་འགྱུར་གྱི་དེའི་བར་དུ་འབྲས་བུའི་  
 རེ་འདོད་ཟད་པར་མི་རྣམས་སོ། །འོ་ན་བདག་ཏུ་ཚོངས་པ་འདང་དགག་པས་ཅི་  
 བྱ་ཟེར་ན། དེ་གཉིས་མི་མཚུངས་ཏེ་འབྲས་བུ་དོན་དུ་གཉེར་པའི་སློང་ཤེས་ནི་  
 ལྷག་བསྐལ་ཟད་པར་བྱས་ནས་རང་ཡང་འགག་པར་བྱེད་དེ་ཤིང་ལས་བྱུང་  
 བའི་མེས་ཤིང་སྒྲིག་པ་བཞིན་ནོ། །འཁོར་པའི་ལྷག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
 རྒྱར་གྱུར་པའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་འཕམ། རའོ་སྒྲུམ་པའི་ང་རྒྱལ་ནི་བདག་ཡོད་  
 དུ་བཟུང་བའི་ཚོངས་པས་འཕེལ་བར་བྱེད་དེ། དེས་ན་བདག་མེད་པ་ལ་ཡོད་  
 པར་ཚོངས་པ་དེ་ནི་བསྒྲིག་པར་བྱ་སྟེ། ཚོངས་པ་དེ་མེད་ན་བདག་ཏུ་མི་འཛིན་  
 ལ། བདག་འཛིན་དེ་མེད་ན་འཁོར་བར་འཁོར་ཁིང་སྒྲེབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 བར་དང་བྱི་རོལ་ཉིད་དག་ལ། །བདག་དང་བདག་གི་སྒྲུམ་ཟད་ན། །ཉེ་བར་  
 ལེན་པ་ཟད་འགྱུར་ཁིང་། །དེ་ཟད་པས་ན་སྒྲེབ་ཟད། །ཅེས་པ་བཞིན་ནོ། །  
 ཁོ་ན་རེ། རི་ལྗང་ཁྱོད་བདག་ས་པའི་བདག་ལས་སློང་ལྷོག་པར་མི་རྣམས་པ་དེ་

བཞིན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བདག་དེ་ལས་ཀྱང་ཡུལ་ཅན་སློ་གཏན་དུ་  
 བསྐྱོག་པ་མེད་དེ་ཐོག་མེད་ནས་གཤིས་ལ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན། དེ་གཉིས་  
 མི་མཚུངས་ཏེ་བདག་ས་པ་ཅམ་རྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་དབང་གིས་སྣང་བ་ལ་སོ་  
 སྟེའི་ངོར་མི་སྣང་བར་སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་མེད་ལ་བསྐྱོག་ཀྱང་མི་དགོས་  
 མོད། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་རྟོགས་  
 པའི་སློ་བདག་མེད་བསྐྱོམས་པས་སྦྲོང་བྱས་ཏེ། སྣང་བས་སུན་པ་བཞིན་དུ་  
 ཡང་དག་པའི་ཚད་མ་དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེས་ན་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་བཞིན་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལས་གཞན་དུ་སྐྱེན་གྱིས་རེ་  
 ཞིག་སེམས་གོལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡུང་དང་རིགས་པའི་ལམ་ལས་བསྐྱོག་སྟེ་  
 དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་སློ་ཞུགས་པར་བྱས་ན་དེ་སེམས་ཀྱི་གཤིས་ཡིན་  
 བས་དེ་དང་སེམས་བྲལ་དུ་མི་རུང་སྟེ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 འོད་གསལ་ཏེ། ཁྱིམ་རྣམས་ནི་སློ་བུར་བ། ཞེས་སོ། །དེ་ལས་ཀྱང་བསྐྱོག་  
 ཅེས་པ་འདིར། དེ་ལས་ཞེས་པ་བདག་འཛིན་སྐྱོག་བྱེད་གྱི་གཉེན་པོ་དང་།  
 བདག་འཛིན་གྱི་རྒྱ་མོགས་སུ་སྐྱོམས་ནས་འགྲེལ་ཚུལ་ཆེས་མང་བ་ཞིག་བྱུང་  
 ཡང་འབྲེལ་འགྲིགས་པ་དཀའ་ལ། འདིར་འཇགས་ཡུལ་གྱི་གཞུང་བཟང་  
 བཞིན་དུ་ཡུལ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཞེས་སྒྱུར་བར་བྱས་ན་དོན་དུ་འཐད་དོ་རྣམ་  
 པ་ཁོ་བོ་གཅིག་པུའི་རྣམ་རྟོག་གོ། གཉིས་པ་ཆོས་བདག་མེད་ལ། ཡུས་དྲན་  
 པ་ཉེ་བར་བཞག་པ། ཆོར་བ་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ། སེམས་དྲན་པ་ཉེ་བར་

བཞག་པ། ཆོས་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི། དང་པོ་ལ། ཡན་ལག་ཅན་  
 མེད་པར་བསྟན་པ་དང་། ཡན་ལག་མེད་པར་བསྟན་པ་འོ། །དང་པོ། ལུས་  
 ཞེས་པའང་བཏགས་པ་ཅམ་སྟེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །དེའི་རྒྱ་  
 མཚན་འདི་ལྟར་སྟེ་མཆེད་རྫོགས་པའི་ལུས་ཞེས་ཟེལ་པོ་གཅིག་པུའི་རྣམ་པར་  
 བཟུང་བ་དེ་ཡོད་ན་ལག་སྟགས་ལ་ཡོད་དགོས་ནའང་། བོལ་གོང་སྟགས་རྒྱང་  
 པ་དང་། ཞེས་རྒྱང་པ་ནི་པུས་མོ་མན་ཆད་གྱི་སྦྱི་མིང་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་བྱིན་  
 པ་དང་བརྒྱ་སྟགས་སུ་སྦྱོས་པ་དང་། ས་གཞིའི་ངོས་ལ་བརྟེན་པའི་མཐིལ་  
 ཉིད་རྒྱང་པའི་མིང་སྟགས་ལུལ་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་སོ། །བྱིན་པ་སྟེ་རྩེ་དང་དང་།  
 བརྒྱ་དང་། རླེད་པ་དང་། ལྟོ་བ་དང་། རྒྱབ་དང་། བྱང་དང་། དཔུང་པ་དང་།  
 ཕྱི་བ་ལོགས་དང་། ལག་པ་དང་། མཚན་ཁུང་དང་། ཐུག་པ་དང་། བང་ཁྲོལ་  
 རྣམས་དང་། མགོ་དང་མགྲིན་པ་དག་རེ་རེ་ནས་ལུས་མིན་ཏེ། ལུས་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད་དང་མི་མཐུན་པའི་བྱིར། རྒྱུ་ཁྲོད་དུ་འཐོར་བའི་ལུས་ཀྱི་དུམ་བུ་བཞིན་  
 ད་ལྟ་འབྲེལ་བར་སྦྱང་ཡང་རུང་པའི་ཚུན་འདྲེས་པ་མེད་པར་རང་ས་ན་ཡོད་  
 བ་དེ་རེ་རེ་ལུས་སུ་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ་ལག་པ་སྟགས་བཅད་ཀྱང་ལུས་གནས་པར་  
 འདོད་པས་སོ། །དེས་ན་ལག་སྟགས་ཆ་ཤས་དུ་མའི་ཚྷགས་པ་ཅན་འདི་ལ་  
 ལུས་ཞེས་པ་གང་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་འདི་སྟམ་དུ་དེ་དག་རེ་རེ་ལུས་མིན་ཡང་།  
 ལུས་ནི་དེ་དག་ལ་བྱབ་ནས་ཡོད་དོ་སྟམ་ན། ལུས་གཅིག་གི་ཆ་ཤས་ཀྱིས་འདི་  
 ཀུན་ལ་བྱབ་པ་ཡིན་ནམ། ཆ་ཤས་ཅན་ལུས་དུ་མས་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྱབ་པ་



ཡིན། གཤམ་ཏེ་ལུས་ཞེས་པ་འདི་ལག་སྟོགས་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ལ་ཆ་གས་  
 མམ་ཕྱོགས་ཅེ་ཡིས་ནི་གནས་པར་གྱུར་པར་འདོད་ན། ལུས་དེའི་ཆ་གས་  
 རྒྱུ་ལག་སྟོགས་ཆ་སྟོ་སྟོ་ལ་གནས་པར་འགྱུར་དུ་ཆུག་མོད། ཆ་ཅན་ལུས་  
 དེ་རང་ཉིད་ནི་གང་ན་གནས། ལག་སྟོགས་ཅེ་ཅེ་ནས་བསལ་བའི་ཤུལ་ན་  
 རྩལ་བྱེད་ལུས་མ་དམིགས་སོ། །གཤམ་ཏེ་བདག་ཉིད་ཀྱན་ལྡན་གྱི་ལུས་ཅེ་ལ་  
 རོ་འམ་ཆ་ཆར་བ་ཅེ་ལག་སྟོགས་ཡན་ལག་རྒྱུ་ལག་སྟོགས་ན་ནི། ལག་སྟོགས་  
 ཡན་ལག་གི་གངས་ཇི་སྟེད་པ་དེ་སྟེད་གྱི་ལུས་དུ་མ་ཡོད་པར་འགྱུར་ནའང་  
 ལུས་ཅེ་ལ་བོ་གཅིག་སུ་ཞིག་ཏུ་འཛིན་པས་དེ་ལྟ་སུ་ནི་མི་སྤྱིད་དོ། །དེས་ན་སྟེ་  
 མཆེད་དུག་གི་སྟེ་དང་དེ་དག་གི་ནང་ཀྱན་ཏུ་ཤིགས་པས་བཅའ་ན་ལུས་མ་  
 དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཇི་ལྟར་ན་ལག་པ་སྟོགས་ལ་ལུས་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ་མེད་  
 དོ། །ལག་སྟོགས་རྒྱུ་ལག་སྟོགས་ཀྱི་གདགས་གཞི་གཞན་ནི་ཡོད་པ་མིན་  
 ཅན། ལུས་དེ་ནི་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ་མེད་དོ། །དེ་ལ་རྒྱུ་ལ་ལུས་མིན་  
 སྟོགས་ཀྱིས་ཡན་ལག་དང་གཅིག་མིན་པར་བརྟན་ལ། གཤམ་ཏེ་ལུས་འདི་  
 སྟོགས་ཀྱིས་ཡན་ལག་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་ཐ་དད་དུ་མེད་པར་བརྟན་ཏོ། །  
 དེས་ན་ལུས་མེད་ཀྱང་ལག་པ་སྟོགས་ཡན་ལག་གི་ཚོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོངས་  
 པ་ཡིས་ལུས་ཞེས་བཏགས་པ་ཅམ་ལས་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན་  
 མི་དང་འདྲ་བའི་དབྱིབས་སུ་བཞོན་པའི་བྱེད་པར་གྱི་དབང་ལས་ཐོ་ཡོར་ལ་  
 མིར་འབྱུལ་བའི་སྒོ་བྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །འདི་ན་ཇི་སྤྱིད་དབྱིབས་ཀྱི་བྱེད་པར་

གྱི་རྒྱུན་ཚད་བ་དེ་སྤྱིད་དུ་ལུས་འདི་ནི་སྒྲེས་བུ་ལྟར་སྣང་བ་ཡིན་གྱི། རྒྱུན་མ་  
ཚད་ན་སྒྲེས་པའི་ལུས་སུ་མི་འཛོག་སྟེ་མཚན་འགྱུར་བ་འཕམ། མེར་མེར་བོ་དང་།  
བསྐྱེད་པ་ཏེ་ཐལ་བ་བྱས་པའི་སྐྱབས་བཞིན་དུ་འོ། །དེ་འདྲ་བར་བྱད་མེད་ཀྱང་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་རི་སྤྱིད་ལག་པ་སོགས་ཡན་ལག་ལ། ལུས་སུ་གདགས་  
པའི་རྒྱུན་ཡན་ཚུན་འབྲེལ་བར་གྱུར་བ་སོགས་དེ་དག་ཡོད་བ་དེ་སྤྱིད་དུ་ལག་  
པ་སོགས་དེར་ལུས་སུ་སྣང་གི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ལུས་སུ་ཡོད་བ་ནི་མིན་  
ཏེ་ག་དང་རུས་པའི་རུས་བུ་བཞིན་ནོ། །འདིར་རྒྱ་དབེ་ལ་ལར། རི་སྤྱིད་རྒྱུན་  
ཚོགས་དེ་སྤྱིད་དུ། བྱིད་ནི་སྒྲེས་པ་ལྟར་སྣང་བ། ཞེས་འབྱུང་བའི་དོན་ལྟར་  
ན་ཤིང་ངམ་ཐོ་ཡོར་ལ་འགྲུང་བ་སོགས་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་བར་དང་། སྣང་བ་  
མི་གསལ་བ་སོགས་རྒྱུན་ཚོགས་པ་སྤྱིད་དུ་སྒྲེས་པ་འཕམ་བྱད་མེད་དུ་སྣང་བ་  
བཞིན་དུ་ཞེས་སྟུར་རོ། །

གཉིས་པ། ལུས་མེད་ཀྱང་ལག་པ་སོགས་ཡན་ལག་ནི་མངོན་སུམ་མཐོང་  
བས་ཡོད་དོ་ཞེན། ལུས་བདེན་པར་མ་གྲུབ་བ་དེ་བཞིན་སོར་མོའི་ཚོགས་སོ་  
སོ་བའི་ཡན་ལག་ཅམ་གྱི་ཚོགས་པ་དེ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་ལག་པ་ཞེས་བརྟགས་  
པ་ནི་དོན་དུ་གྲུབ་པ་གང་ཞེས་ཡིན། སོར་མོ་དེ་འདྲ་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན་ལ།  
ཚོགས་ཀྱང་རང་གི་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ཆ་སྟེ་བ་ན་དུ་མར་འགྱུར་ཏེ། སྟོང་གི་ཆ་  
འོག་མིན་ལ། འོག་གི་ཆ་སྟོང་མིན་པ་སོགས་མ་འདྲེས་པར་གནས་སོ། །  
ཆ་དེ་འདྲ་རགས་པའི་རྩལ་ནས་རྩལ་སྟུན་གྱི་བར་དུ་སྟེ་ཞིང་། རྩལ་སྟུན་པ་

དེ་ལས་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ཆར་སྒྲུབ་བའི་དབྱེ་བས་དུ་མར་འགྱུར་ཞིང་མཐར་  
 གཏུགས་ན་ཕྱོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གང་དུ་འང་ཆ་གཅིག་བདེན་གྲུབ་ཅིག་མི་རྟོན་  
 དེ་ཆ་གས་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་རྩལ་སྤྱོད་ཀྱིས་རགས་  
 བ་བརྩམ་ཆེ་ཕྱོགས་བཞི་སྟེང་འོག་གི་རྩལ་དུག་གིས་བསྐྱོར་བ་ན། དབུས་  
 རྩལ་དེ་ལ་རྩལ་གཞན་དུག་པོ་དང་རེག་པའི་ཆ་རེ་ཡོད་ན་ཆ་དུག་ཏུ་འགྱུར་ལ།  
 མེད་ན་རྩལ་དུག་པོས་གོ་ས་གཅིག་ལས་མ་ཞོན་པས་གོང་བུའི་རྩལ་ཚོགས་  
 གྲང་རྩལ་སྤྲན་ལས་ཆེར་མི་འགྱུར་ཏེ། དུག་གིས་ཅིག་ཅར་སྒྱུར་བ་ན། །སྤྱོད་  
 རབ་རྩལ་ཆ་དུག་ཏུ་འགྱུར། །དུག་པོ་དག་ནི་གོ་གཅིག་ན། །གོང་བུ་རྩལ་སྤྲན་  
 ཅམ་དུ་འགྱུར། །ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ལག་བསྟོགས་ཡན་ལག་ཐམས་  
 ཅད་དང་གཞུགས་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་རགས་པ་སྤྱོད་བ་དང་། སྤྱོད་རྩལ་དང་།  
 རྩལ་སྤྱོད་རབ་དང་། དེ་ཕྱོགས་ཆའི་དབྱེ་བས་གཞལ་ན་ནམ་མཁའ་བཞིན་  
 རྟོན་པར་འགྱུར་གྱི། གཞུགས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་པ་དེས་ན་རྩལ་སྤྱོད་རབ་ཏུ་འང་  
 གྲུབ་པ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པ་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་གཞུགས་ལ་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དབྱེད་པ་དང་སྤྲན་པའི་གང་ཟག་སུ་ཞིག་ཆགས་རིགས་ཏེ་མི་  
 རིགས་སོ། །གང་ཆེ་དེ་ལྟར་ལུས་རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་དེའི་བྱེ་བྲག་  
 རྒྱེས་པ་གང་ཡིན་ལ་ལུང་མེད་གང་ཡིན་ཏེ་བདེན་པར་མེད་དོ། །ཞེས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ལ། ཆོར་བའི་ངོ་བོ་དང་། རྒྱ་དང་། འབྲས་སུ་དང་། ཆོར་བའི་ལ་  
 དབྱེད་པ་བཞི་ལས། དང་པོ། ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱལ་འདི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་རང་

གི་དོ་བོས་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ཅི་ཉྟེ་རྒྱད་ལ་རབ་དགའ་  
 རྒྱེ་བ་ལ་མི་གཞོད་དེ་གཞོད་ཅིང་དགའ་བ་རྒྱེ་བར་མི་འགྱུར་ནའང་དེ་ལྟར་མ་  
 དེས་པའི་བྱིར། དེ་བཞིན་དུ་བདེ་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ཡོད་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་  
 གཞོད་པའང་དེས་ཤེས་རྒྱས་པས་ལོགས་སུ་སྒྲོམ་མི་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་  
 བདེ་སྤྱག་གཉིས་པོ་ལ་ཚུན་འགལ་བ་ཡིན་ལ་གང་གི་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་པ་  
 དེ་གཅིག་ཤོས་སུ་མི་རུང་སྟེ། དེས་པོས་རང་གི་ཚོས་ཉིད་འདོར་བ་མི་བྱིད་  
 པས་སོ། །དེས་ནི་ནང་སྒྲོ་ཡི་སྟངས་ཀྱི་ཚོར་བ་བདེན་གྲུབ་མེད་པར་བསྟན་ནས།  
 ད་ནི་བྱིའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་གསུངས་པ། གངས་ཅན་པ་སོགས་འདོད་པ་ལྟར་  
 བདེ་བ་བྱི་ཡུལ་གྱི་སྟངས་ནའང་བདེན་པར་མ་གྲུབ་སྟེ། ཡུལ་གཟུགས་བཟང་  
 བ་དང་རོ་མངར་བ་སོགས་བདེ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན། ལུ་ཤི་བའི་བྱ་ངན་  
 གྱིས་གདུངས་པ་དང་འཛིགས་པས་སྒྲོས་པ་སོགས་ལ་ཟས་ཞིམ་པོ་དང་ལྟན་  
 མོ་སོགས་གྱིས་ཅི་ཉྟེ་དགའ་བར་མི་བྱེད་དེ་ཞིམ་སོགས་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ལ་  
 བདེ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར་མེད་ཚེ་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དུ་ནང་སྒྲོ་ལ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱང་ནང་གི་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བྱུང་བར་ཅན་  
 སྟོབས་དང་ལྷན་པས་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་མི་སྦྱང་སྟེ། དཔེར་ན་ཉི་མས་རྒྱ་  
 སྐར་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། གང་ཞིག་ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་བདག་ཉིད་མིན་པ་དེ་ནི་  
 ཚོར་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་ཚོར་བའི་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་བྱིར། ཉམས་སུ་མ་  
 སྦྱང་ཡང་ཚོར་བར་འཛིག་ན་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་གི་དྲི་ཡང་ཚོར་བར་ཐལ་ལོ། །

རིགས་པ་འདིས་གདུང་ལྡན་ཞིམ་སོགས་མི་དགའ་བའང་གདུང་བ་སྟོབས་  
 ཆེན་པོས་ཟིལ་གྱིས་མནན་ནས་མི་ཕྱིར་བའོ་ཟེར་ན་ཡང་འདི་བཞིན་དུ་དབྱང་  
 བར་བྱའོ། །དེ་ལ་དེ་དག་འདི་སྟམ་དུ། གཏན་ནས་མ་ཕྱིར་བ་ཆོར་བར་  
 མི་རུང་བས་ན་དགའ་བ་སྟོབས་ལྡན་ཕྱིར་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་སྟག་བསྐལ་  
 གཏན་མ་ཕྱིར་བ་ནི་མིན་ཀྱང་སྟག་བསྐལ་སྤྲོ་མོ་ཉིད་དུ་ཡོད་པས་དེ་ཕྱིར་བ་མི་  
 ཤེས་པས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བུ་རམ་གྱི་ཁུ་བ་མང་པོའི་ནང་ན་ཚུ་ཆུའི་ཐིགས་  
 པ་སྤྲོ་མོ་ལྟར་བ་བཞིན་ནོ་ཞེན། རྒྱུད་གཅིག་ལ་སྟག་བསྐལ་སྤྲོ་མོ་དང་བདེ་  
 བ་རྒྱས་མཚུངས་སུ་འགྲོགས་པ་ནི་མེད་དེ། ཡོད་ན་བདེ་སྟག་གཉིས་དུས་  
 མཉམ་པར་རྒྱུད་གཅིག་ལ་སྤྱང་དུ་རུང་བ་ལ་དེ་མ་དམིགས་པ་དང་། རྒྱུད་གྱི་  
 སྟག་བསྐལ་འདི་ཡི་རགས་པ་སྟོབས་ཆེན་པོའི་ཆ་ནི་བདེ་བས་བསལ་བར་  
 འདོད་པ་མིན་ནམ། དེ་ལྟར་ན་འདིའི་སྤྱ་བའང་ཅིས་མི་སེལ་ཏེ། དེའི་གཉེན་  
 པོ་སྟོབས་ལྡན་གནས་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མེས་སྟོབས་ཆེན་པོས་ཁུ་བ་ར་  
 རོན་པའི་གཞིར་གྱང་རེག་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་བདེ་བ་སྟོབས་ཆེན་ཕྱིར་བཞིན་  
 པ་ན་དེའི་འགལ་ལྷོར་གྱུར་པའི་སྟག་བསྐལ་སྤྲོ་བའང་ཕྱིར་བ་མེད་དོ། །ཡང་  
 ཁོན་རེ། སྟག་བསྐལ་སྤྲོ་མོ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་རང་གི་རྒྱས་པ་འབྱེན་མ་རྒྱས་པར་  
 བདེ་བ་སྟོབས་ཆེན་པོས་ཁ་བསྐྱར་ཏེ་སོང་བས་ན། བདེ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ལས་  
 གཞན་དགའ་བ་ཅུ་མ་སྟེ་དགའ་བ་སྤྲོ་མོའི་རྣམ་པར་ཕྱིར་བ་ཡིན་ཏེ། ཤེལ་  
 དཀར་པོ་རྩལ་དམར་པོས་ཁ་བསྐྱར་ནས་དམར་པོར་སྤྱང་ཡང་ཤེལ་དཀར་པོ་

མེད་པ་ནི་མིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེན། དགའ་བ་ཙམ་དུ་གཏོགས་པའི་ཕྱ་མོ་ཉིད་  
 དེའང་དགའ་བ་དེའི་རིགས་ཡིན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ནམ་ཡང་མ་ཡིན་ན། དེ་དོན་  
 ཏུ་སྤྱད་བསྐྱེད་ལོ་ཞེས་བརྟགས་པས་ཅི་བྱ་སྟེ། སྤྱད་བསྐྱེད་ཉིད་དགའ་བ་  
 ཕྱ་མོར་སྦྱང་བའི་དགའ་བ་ཙམ་དང་། དགའ་བ་རང་ཉིད་ཕྱ་མོར་སྦྱང་བའི་  
 དགའ་བ་ཙམ་གྱི་ཆ་ཞེས་ཁྱད་པར་ཅི་ཞིག་གིས་འབྱེད་དེ་མེད་བཞིན་ནམ་གྱིས་  
 བཙལ་བ་ནམ་མཁའ་ལ་མདུད་པ་ཐོར་བ་འདིས་ཅི་བྱ། དཔེ་དག་ཀྱང་རང་  
 ཉིད་མ་གྲུབ་པ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བསྐོད་པ་ཡིན་གྱི་དེས་མི་འགྲུབ་པོ། །གལ་ཏེ་  
 འགལ་སྐྱེན་བདེ་བ་སྟོབས་ལྡན་སྦྱིས་པས་ན། རྒྱ་མ་ཚང་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ནི་  
 དེ་ཆེ་སྦྱིས་པ་མིན་ནོ་ཞེན། ཚོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་དངོས་པོ་ལ་གྲུབ་པ་མེད་  
 པར་ནང་གི་རྟོག་པས་བདེ་སོགས་སུ་མངོན་པར་ཞེན་པའམ་བརྟགས་པ་ཡིན་  
 པར་དངོས་པོའི་སྟོབས་ལས་གསལ་པོར་འོངས་གིང་གྲུབ་པ་མིན་ནམ་སྟེ།  
 འདི་ལྟར་སྟོ་ཉིད་བདེ་བར་སྦྱིས་པའི་སྐྱབས་སུ་ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་མེད་ལ། སྤྱད་  
 བསྐྱེད་དུ་སྦྱིས་པའི་སྐྱབས་སུ་ནི་བདེ་བ་མེད་ཅིང་སྐྱེན་ལས་རེས་འགའ་བར་  
 དམིགས་པའི་སྦྱིར་རོ། །དེས་ན་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱ་བའི་བདེ་བ་དང་།  
 དོར་བར་བྱ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞེས་གྲུབ་གྲུབ་མོ་ཞིག་ཏུ་བརྟགས་ནས་དེ་འདོར་  
 ལེན་གྱི་ཆེད་དུ་འབད་པ་ནི་འབྲུལ་བ་སྟེ་བདེ་སྤྱད་ཅེས་པ་སྟོ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་  
 པར་མ་བརྟགས་གྱི་བར་དུ་བདེ་སྤྱད་རང་མཚན་པ་སྦྱི་དང་ནང་ཀུན་ཏུ་འད་མི་  
 གཉན་པས་སོ། །དཔེར་ན་སྤྱད་པ་ནད་ཅན་དང་བཀའ་པ་ལ་མར་སྦྱང་དང་།

གཙང་སྤྱ་ཅན་དང་མག་པ་ལ་ལུད་ལུང་དང་། མི་སྤྱུག་པ་གོ་མས་པ་དང་ཆགས་  
 ཅན་ལ་ལུད་མེད་གྱི་དངོས་པོ་བཞིན་དུ་རང་གི་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བདེ་སྟགས་  
 དེར་འགྱུར་བ་སྟེ་བདེ་སྟགས་གྱི་དངོས་པོ་རང་མཚན་པ་མེད་དོ། །རྒྱ་མཚན་  
 དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་ན་ཚོར་བ་བདེ་སྟགས་ལ་དེ་ཉིད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་ནས་  
 འདོར་ལེན་གྱི་ནུས་པར་རྟོག་པའི་འཕྲོ་འདུ་ལུ་གྱུ་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་  
 འདིའི་གཉེན་པོར་རི་སྐད་བཤད་མ་ཐག་པའི་ནུས་པར་དབྱེད་པ་འདི་ལྟ་བུ་  
 བསྐྱེལ་པར་བྱ་སྟེ། ཚོར་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་འཇིག་རྟེན་འདི་ཀྱང་ནས་  
 སྦྱོན་པ་བཞིན་དུ་འབྲུགས་པར་གྱུར་ཅིང་། དེའི་གཉེན་པོ་ནི་འདི་ལས་གཞན་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་འདྲའི་ནུས་པ་བརྟག་ཅིང་དབྱེད་པའི་ཞིང་ས་བཟང་པོ་  
 ལྟ་བུ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་  
 པའི་བསམ་གཏན་དེ་ནི་ནུས་འཕྲོར་བ་ནུས་ཀྱིས་ལོངས་སྤྱད་པའི་ཟས་ཡིན་  
 ཏེ། རི་ལྟར་ཟས་ཀྱིས་ལུས་རྒྱས་པ་དང་དགའ་ཞིང་ཚིམ་པར་བྱེད་པ་བཞིན་  
 དུ་ནུས་འཕྲོར་བ་ནུས་ཀྱིས་ཆགས་བྱལ་གྱི་དགའ་བ་ཉམས་སུ་ཁྱོང་ཞིང་  
 རྟོགས་པའི་ལུས་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ནུས་འཕྲོར་བ་ནུས་ནི་ཚོར་བ་  
 མེད་པར་མཐོང་བའི་ཡུལ་ལ་རོལ་ཞིང་། འཇིག་རྟེན་བཞོན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་  
 ལ་གཡང་ཞིང་རྒྱུག་གོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

གཉིས་པ། གལ་ཏེ་ཡུལ་ཅན་དབང་པོ་དང་ཡུལ་གཟུགས་སྟགས་དོན་གཉིས་  
 པོ་འདི་དག་བར་དང་བཅས་པ་ཞིག་གམ་བར་མེད་ཅིག་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་

ན། དེ་དག་གང་དུ་སྤྱད་པར་འགྱུར་ཏེ་བར་ཆོད་པ་ལ་སྤྱད་པ་མི་སྲིད་པ་ཤར་  
 རྩལ་གྱི་རི་བཞིན། གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་ལ་བར་མེད་ན་ཡང་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་  
 ཐལ་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཡུལ་ཅན་གང་ཞིག་ཡུལ་གང་དང་སྤྱད་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 མིག་རང་ཉིད་རང་ཉིད་དང་སྤྱད་པ་མི་སྲིད་པ་བཞིན་ནོ། །དེར་ཁོ་ན་རེ།  
 ཐལ་མོ་ཕན་ཚུན་སྤྱར་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱད་པ་ཅི་སྟེ་མེད་སྟུམ་ན།  
 འདི་ལྟར་སྤྱད་པར་སྤྱང་བ་འདི་འདྲོག་པས་ཞེན་པ་ཅམ་སྟེ་ཡང་དག་པར་  
 བྱི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་དབང་དོན་རྟགས་པ་ནི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས་སྤྱད་པ་མེད་དེ། གང་མདུན་སྤྱད་ན་རྒྱབ་མ་སྤྱད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་ཚུལ་  
 གྱིས་དབྱུད་ན། རྩལ་གཞན་གྱིས་བར་དུ་ཆོད་པའི་རྩལ་རྣམས་ནི་མ་སྤྱད་ལ།  
 མཐར་བར་མཆོད་པའི་དབང་དོན་གྱི་རྩལ་སྤྱར་པ་སྤྱད་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལ་  
 རྩལ་སྤྱར་པ་ནི་སྤྱར་པ་ལ་འཇུག་པ་མེད་དེ། དེ་ལ་ཆ་མེད་པས་གཞན་གྲོང་  
 བའམ་འཇུག་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་ནི་ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀའང་མཉམ་པར་  
 སྤྱར་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་ངོས་གཅིག་གིས་སྤྱད་གྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་  
 མ་སྤྱད་ན་ནི་ཆ་མེད་མིན་ཏེ། ད་རུང་མ་སྤྱད་པའི་རྩལ་བཞག་ནས་སྤྱད་རྩལ་  
 དེ་ཉིད་ལ་དབྱུད་པ་འཇུག་ལ། ཆ་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྤྱད་ན་ཕན་ཚུན་ཞུགས་  
 ཤིང་ཐིམ་དགོས་ཀྱང་དེ་ལ་ཞུགས་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་མཉམ་པའི་ཕྱིར་  
 ཞུགས་པ་མེད་དོ། །མ་ཞུགས་པ་ལ་རྩལ་གཉིས་པོ་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པ་མེད་  
 ཅིང་། མ་འབྲེས་པ་ལ་སྤྱད་པའང་མེད་དེ། ཆ་མེད་སྤྱད་ན་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་



གྲིས་ཐུང་དགོས་ཀྱི། ཐུགས་གཅིག་ཐུང་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་  
 ཆ་མེད་པའང་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཐུང་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་རི་ལྟར་འཐད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། ཐུགས་གཅིག་དང་ཐུགས་ཐམས་ཅད་གྲིས་ཐུང་བ་གཉིས་ཀྱི་དེ་  
 ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཐུང་བ་ཡིན་པ་དང་ནི་ཆ་མེད་པ་ཡིན་པར་  
 ཁྱེད་གྲིས་མཐོང་ན་ཁོ་ལོ་ལ་བསྟན་པར་གྲིས་དང་ཐུང་བ་བྱུང་བར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་བསྟན་མི་རྒྱས་པའི་ཚད་དུ་དགོངས་པའོ། །དེས་ལྟུལ་དབང་གེས་གསུམ་  
 འདུལ་བ་ཞེས་པའི་དབང་དོན་འདུལ་བ་མེད་པར་བསྟན་ནས། ཡང་རྣམ་  
 ཤེས་ནི་རྟུལ་ཚོགས་པའི་ལུས་མེད་པ་ལ་ལྟུལ་དང་ཐུང་བ་འཐད་པ་མིན་ཏེ།  
 གང་ལུས་མེད་ཀྱང་ཐུང་བ་ཡོད་ན་རྣམ་མཁའ་དང་ལག་པ་ཐུང་བ་དང་། མོ་  
 གཤམ་གྱི་བྱ་དང་ཡང་ཐུང་པར་འགྱུར་རོ། །སེམས་ཡོད་པས་ན་དཔེ་འདི་མི་  
 རུང་དོ་སྟམ་ན་ལུས་མེད་གྱི་ཐུང་བ་དབྱུང་པའི་ཕྱིར་མི་རུང་བ་མེད་དོ། །གལ་  
 ཏེ་ཐུང་ཅིང་རེག་པ་མེད་ཀྱང་ལྟུལ་དབང་གེས་གསུམ་ཚོགས་པ་ཡོད་དོ་སྟམ་  
 བ། དེ་བཞིན་སོར་མོའི་ཚོགས་ཡིན་ཕྱིར། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པར་ཚོགས་  
 པ་དངོས་པོ་མེད་པར་སྐར་རྣམ་པར་དབྱུང་བ་བཞིན་དུ་གེས་པར་བྱའོ། །དེ་  
 ལྟར་རྒྱ་རེག་པ་ཡོད་པ་མིན་ན། འབྲས་སུ་ཚོར་བ་གང་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་  
 ཏེ་དོན་དམ་པར་མེད་ལ། དེ་མེད་ན་ངལ་བ་སྟེ་ཚོགས་པ་འདི་ཅི་ཞིག་གི་དོན་  
 དུ་ཡིན་ཏེ། གང་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་བདེ་བ་མེད་ལ། ལྷག་  
 བསྐྱུལ་གང་གིས་གང་ཟག་གང་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་ཏེ་སྐྱུ་མའི་སེམས་འབྲུལ་

པའི་སྣང་བ་ཙམ་མོ་ཞེས་སོ། །གསུམ་པ། འདི་ལྟར་སྟེང་བ་ལྷོག་མེད་དུ་  
 སེམས་ཙན་ཐམས་ཙན་ལ་སྒྲེབས་ན་དེའི་རྒྱ་ཚོར་བ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེན། འདི་  
 ཡང་སྟོངས་བ་ཙམ་སྟེ་ཡང་དག་པར་མ་ཡིན་ནོ། །དེའང་གང་གི་ཆོཾ་བ་པོ་  
 བདག་དང་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགའ་ཡང་མེད་ཅིང་། དེས་སྤང་  
 བྱའོར་བའང་ཡོད་པ་མིན་པ་དེ་ཆོཾ་བྱ་དང་ཆོར་བྱེད་དོན་ལ་མེད་པའི་གནས་  
 སྐབས་འདི་ལྟ་བུ་མཐོང་ནས་ཆོར་བའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་སྟེང་བ་ཅིའི་  
 བྱིར་ལྷོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། བཞི་པ། གལ་ཏེ་ཆོར་བ་དང་  
 ཆོར་བ་པོ་མེད་ན་མཐོང་སོགས་འདི་མི་འཐད་དོ་སྟམ་ན། མིག་གིས་གཟུགས་  
 མཐོང་བའམ་ལུས་ཀྱིས་རེག་པ་སྟེ་ཐོག་མཐའ་གཉིས་ཀྱིས་བར་ཀུན་མཚོན་  
 བར་བྱས་པའི་མཐོང་ཐོས་སྟོམ་པ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་དོན་ལ་མེད་ཀྱང་སྤང་  
 བཞི་མི་ལམ་སྒྱུ་མ་འདྲ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་གྱིས། མི་  
 ལམ་རི་བཞིན་སྒྱུ་མ་བཞིན། །དྲི་ཟའི་གོང་ཁྱེར་རི་བཞིན་དུ། །དེ་བཞིན་སྒྲེ་  
 དང་དེ་བཞིན་གནས། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་འཛིག་པ་གསུངས། །ཞེས་སོ། །དེས་  
 ན་མི་བདེན་བཞིན་དུ་སྤང་བ་ཙམ་ལས་ཡང་དག་པར་ན་མི་མཐོང་སྟེ། འདི་  
 ལྟར་ཆོར་བ་དང་དེ་སྟོང་བའི་སེམས་དུས་མཉམ་མམ་མི་མཉམ་ཞེས་དབྱེད་  
 ཆོ། དུས་མཉམ་པར་གྱུར་ན་ནི། སྟོང་བྱེད་སེམས་དང་སྤང་བྱའོར་བ་གཉིས་  
 དུས་སྟེ་བྱི་མེད་པར་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྒྲེས་པའི་བྱིར། ཆོར་བ་དེ་སེམས་དེ་ཡིས་  
 སྟོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩས་ཐ་དད་དུས་མཉམ་པ་ནི་གང་གང་གི་སྟོན་དུ་མེད་

པས་ཕན་ཚུན་མི་ལྟོས་ཤིང་འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བའི་བྱིར་མི་ཕྱོང་དོ། །གལ་ཏེ་  
 དུས་མི་མཉམ་པར་ཚོར་བ་སྤར་སྒྲིམ་པ་དང་། སེམས་བྱི་མར་སྒྲིམ་པའི་བྱིར་  
 སེམས་ཚོར་བའི་རྣམ་ལྡན་དུ་འགྱུར་རེ་ཞེན། ཚོར་བ་དེ་སེམས་ཀྱི་རང་དུས་  
 ན་མེད་པས་དངོས་སུ་ཕྱོང་བ་མིན་པར་དྲན་པ་ཙམ་དུ་འགྱུར་ཏེ་འདས་པ་ལ་  
 དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་དྲན་པ་ཡིན་གྱི་འདས་པ་ད་ལྟ་མེད་པས་གསལ་པོར་  
 ཕྱོང་བ་མི་སྲིད་དོ། །དེས་ན་འདས་པ་ལ་དྲན་པ་དེ་འད་བརྟགས་ན་རྒྱུན་ཏེ་  
 འདས་པ་ཉིད་ད་ལྟ་ཡུལ་དུ་མི་གནས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ཚོར་བྱེད་གྱི་སེམས་  
 འདས་པ་ནི་འགགས་ཟིན་པས་དེས་ཕྱོང་མི་སྲིད་ལ། ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་  
 ཀྱིས་མི་ཕྱོང་བར་རིགས་པས་བསྒྲུབ་པའོ། །དེ་བཞིན་ཡུལ་ཚོར་བ་འདས་པ་  
 ནི་དྲན་པ་ལས་མི་ཕྱོང་ལ། ད་ལྟ་ནི་ཕྱོང་མི་ཤེས། མ་འོངས་ནི་མེད་པས་ད་  
 ལྟའི་ཤེས་པས་ཕྱོང་མི་སྲིད་དོ། །འདི་ལྟར་ཚོར་བ་རང་གིས་རང་ཕྱོང་བར་མི་  
 རིགས་ཏེ་རང་ལ་རང་བྱེད་པ་འགལ་བའི་བྱིར་རང་རིག་པ་བཀག་པ་བཞིན་  
 འོ། །ཚོར་བ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་ཤེས་པས་ཀྱང་མི་ཕྱོང་བར་བཤད་མ་  
 ཐག་པ་ཉིད་གྱི་བྱིར་ན། ཚོར་བ་དེ་ཚོར་བ་པོ་འགའ་ཡང་ཡང་དག་པར་མེད་  
 དེ། རྒྱུ་མཚན་དེས་ན་ཚོར་བ་འདི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མིན་འོ། །དེ་ལྟར་  
 ཕྱོང་བ་པོའི་བདག་མེད་པར་ཕྱང་པོའི་ཚོགས་པ་མི་ལས་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་  
 ཚོར་བ་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ཞེས་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པ་འདི་ཡིས་ཇི་སྟེ་གཞོན་པར་  
 དབྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དོན་དུ་ན་ཕན་གཞོན་གང་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་སོ། །གསུམ་

པ་ལ། ཡིད་ཤེས་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ། རྣམ་ཤེས་ལྔ་རང་བཞིན་  
མེད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི། རང་གི་དབང་པོ་ལ་མི་  
གནས་ཤིང་། ཕྱིའི་གཞུགས་སོགས་ཡུལ་ལ་མི་གནས། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་  
ན་འང་གནས་པ་མིན་ལ། རང་ལུས་ཀྱི་དབུས་དང་། ཕྱི་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་  
རྣམས་ལ་འང་སེམས་མི་རྟོན་དོ། །བརྗོད་མ་ཐག་པ་རྣམས་ལས་གཞན་དུ་ཡང་  
ནི་རྟོན་པ་མིན་ཞིང་། གང་ཞིག་ལུས་ཉིད་ནི་ཡིད་མིན་ལ། ལུས་ལ་འབྲེས་  
ཤིང་ཞུགས་པར་གྱུར་པ་འང་མིན་ཏེ། ལུས་ལས་ལོགས་སུ་གྲུབ་པ་འགའ་  
ཡང་མེད་པ་དེ་ནི། ཅུང་ཟད་ཀྱང་གྲུབ་པ་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་རང་  
ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའོ། །

གཉིས་པ། ཤེས་བྱ་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་སྤར་མིག་ཤེས་སོགས་ཡོད་  
ན་ཤེས་པ་དེ་ནི་ཡུལ་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་སྒྲེ་སྟེ། དེའི་ཆོ་ཡུལ་མེད་པས་ཡུལ་  
ཅན་སྒྲེ་བ་མེད་དོ། །ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་ལྟན་ཅིག་དུ་སྒྲེ་ན་འང་ཤེས་པ་དེ་ཅི་ལ་  
དམིགས་ནས་སྒྲེ་སྟེ། ཤེས་པ་མ་སྒྲེས་པར་དམིགས་སྒྲེ་ན་མི་སྒྲེ་བས་སྒྲེད་མི་  
རུས་ལ། དམིགས་སྒྲེ་ན་སྒྲེས་ན་ཤེས་པ་འང་སྒྲེས་ཟིན་པས་སྒྲེད་བྱེད་དུ་མི་  
འོས་པས་འབྲེལ་མེད་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་ཤེས་བྱའི་ཕྱིས་ཡོད་ན།  
དེ་ཆོ་ཤེས་བྱ་གང་ལས་སྒྲེ་སྟེ། དེའི་དམིགས་ཡུལ་འགགས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་  
སྤར་འགགས་པའི་དངོས་པོ་དེ་ད་ལྟར་ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་འགགས་པ་  
མིན་ཏེ་དུས་མཉམ་དུ་འགྱུར་ལ། མེད་ཀྱང་སྒྲེད་ན་ས་པོན་ཆོག་པས་སྤྱ་གྲུ་

དང་། རི་བོང་རྩམ་གྱང་མིག་ཤེས་ལ་སོགས་སྟེང་པར་ཐལ་ལོ། །ཞིག་མ་ཞིག་  
གྱང་དེ་དང་དོན་གཅིག་གོ། །

བཞི་བ་ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ལ། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟེ་མེད་དུ་སྦྱིར་བརྟན་  
པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
དངོས་དང་། ཚུད་སྟོང་གཉིས། དང་པོ། ལྷ་ར་བཤད་པ་དེ་ལྷ་ར་འདུས་བྱས་  
འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟེ་བརྟོགས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ་  
སྟེ་བ་མེད་དོ། །གང་སྟེ་བ་མེད་པ་དེ་ལ་གནས་པ་སོགས་གྱང་མེད་དེ། དོན་  
དུན། འགག་པ་མེད་པ་སྟེ་མེད་པ། ཁྱད་པ་མེད་པ་རྟག་མེད་པ། འོང་བ་  
མེད་པ་འགོ་མེད་པ། ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། ཞེས་པ་བཞིན་  
ནོ། །གཉིས་པ་ལ། བརྒྱབ་བྱ་མི་འཐད་པ་སྟོང་བ། རྒྱབ་བྱེད་མི་འཐད་པ་  
སྟོང་བའོ། །དང་པོ་ནི། འདི་ལྷ་ར་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་  
ཡང་སྟེ་འགག་ལ་སོགས་པ་ཅུང་ཟད་གྱང་མེད་ན་སྟེ་འགག་དང་འགོ་འོང་ལ་  
སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱན་རྫོབ་པ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། གང་ཀྱན་རྫོབ་  
མི་འདོད་པ་དེ་ལ་དོན་དམ་གྱང་མེད་པས་བདེན་པ་གཉིས་ཀའང་ག་ལ་ཡོད་  
དེ་བདེན་པ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་རོ་སྟུམ་ན། བདེན་པ་གཉིས་སུ་བཞག་པ་ནི་  
གཏུལ་བྱ་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོན་ཅུང་། དོན་དམ་པར་བདེན་པ་གཉིས་སུ་  
ཁྱད་པའང་མེད་དེ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ཆོས་དབྱེད་སྟེ་བཞིན་ཉིད་ཅུང་  
གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་གོ། །དེ་སྐད་དུ་འང་མདོ་ལས། སྟེ་བ་མེད་པ་བདེན་

པ་གཅིག་ཡིན་ན། རྟོ་ལ་ཁ་ཅིག་བདེན་པ་བཞི་ཞེས་འདྲར། །བྱང་ཚུབ་སྒྲིང་  
པོར་འདུག་ན་བདེན་གཅིག་ཀྱང་། །ཐུབ་པར་མ་མཐོང་བཞི་ལྟ་ག་ལ་ཞིག །  
ཅེས་པ་བཞིན་ནོ། རྟོན་དམ་པར་བདེན་པ་གཉིས་སུ་བཞག་པ་མེད་ཀྱང་ཐ་  
སྟོད་དུ་ཡོད་དེ། སྒྲིང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་གཉིས་སུ་དེས་པའི་ཐྱིར། སྒྲིང་  
འདི་ནི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་འདོད་ཅེས་པ་བཞིན་ནོ། ། ཡང་ཁོ་ན་རེ། དེ་ལྟར་  
བདེན་པ་གཉིས་སུ་བཞག་པའི་ཡ་གྲུལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དངོས་པོ་རང་མཚན་པ་  
ཞིག་མེད་པར་ཀུན་རྫོབ་ཅེས་པ་གཞན་སྟོ་ཡིས་འདྲིམ་དགོས་ཤིང་། དེས་  
བཞག་པས་དེར་འགྱུར་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བར་མི་འགྱུར་  
ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་མཐའ་མ་ཟད་པ་སྤིད་དུ་སྟོ་མི་འཛད་ལ། སྟོ་མ་ཟད་  
པ་སྤིད་དུ་སྟོས་བཞག་པའི་ཀུན་རྫོབ་མི་འཛད་པས་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྟོས་པ་  
ཐམས་ཅད་ཟད་པའི་ཐུང་འདས་ཞེས་པ་འདི་ནམ་ཡང་མི་སྤིད་དོ་ཞེ་ན། ནམ་  
ཡང་རྒྱན་མི་ལྟོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲིང་བ་འདི་ནི་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་  
ཀྱི་རང་རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྟོས་པའི་དབང་གིས་སྒྲིང་བ་སྒྲིང་བ་དང་  
མི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ནི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་པོ་རང་གི་ངོར་  
སྒྲིང་བའི་ཀུན་རྫོབ་མིན་ཏེ། དེས་ན་གཞན་གྱི་གཉིས་སྒྲིང་སྟོས་པ་ཡོད་པས་  
གཅིག་ཐུང་ན་ལས་མི་འདའ་བ་མ་ཡིན་ལ། གཅིག་གི་གཟུང་འཛིན་  
དབྱིངས་སུ་རྒྱབ་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཟུང་འཛིན་མེད་པར་འགྱུར་བ་ག་ལ་  
ཡིན། གཉིད་ན་གཅོད་གཟུང་དང་རྒྱ་པོ་སོགས་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བཞག་

བ་མིན་པའི་ཡུལ་རང་མཚན་བ་མེད་ཀྱང་གཉིད་སང་པའི་གང་ཟག་སོ་སོའི་  
 གཉིད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་འགགས་ཀྱི་གཞན་ལ་གཉིད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཡོད་ཀྱང་སང་བ་  
 དེ་ལ་མི་གཞོན་པ་བཞིན་ནོ། །འཇུག་པ་ལས། འདི་ན་རི་ལྷོ་སང་བཞིན་རི་  
 སྤིང་དུ། །མ་སང་དེ་སྤིང་དེ་ལ་གསུམ་པོ་ཡོད། །སང་པར་གྱུར་ན་གསུམ་  
 ཆར་ཡོད་མིན་ལྟར། །གཏི་མུག་གཉིད་སང་ལས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བ་  
 བཞིན་ནོ། །དེས་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྒྲུང་གི་བག་ཆགས་ལྟ་བུ་པའང་ལྟོག་  
 པའི་མུ་ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཕྱིས་ན་ཡང་སྤྱོ་སོགས་  
 ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྤྱོས་པ་དེ་དེས་པར་ཡོད་ན་རང་ལ་ལྟོས་པའི་ཀུན་རྫོབ་བམ་སྤྱོས་  
 པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལྟ་བུ་མིན་ན་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྤྱོས་པ་མཐའ་དག་མེད་པ་ཡིན་  
 པས་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཏེ། འཇུག་པ་ལས། ཤེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་  
 རྒྱལ་པོ་མ་ལུས་པ། །བསྐྱེད་པས་ཞི་དེ་རྒྱལ་ན་མས་ཆོས་སྤྱོད། །དེ་ཆེ་སྤྱོ་  
 བ་མེད་ཅིང་འགགས་པ་མེད། །སེམས་འགགས་པ་དེ་སྤྱོ་ཡིས་མངོན་སུམ་  
 མཛད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱོ་སོགས་སྤྱོས་པའི་དྲ་བ་མ་ལུས་པ་ཞི་  
 བའི་བྱད་ཤིང་ཟད་པའི་མེ་བཞིན་སེམས་སེམས་བྱུང་གི་རྒྱ་བ་ལྟག་མ་མ་ལུས་  
 པར་ལོག་སྤྱོ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སྒྲུང་སྤྱོད་ཟུང་འཇུག་བརྟེན་དུ་མེད་པའི་རང་  
 དུ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་མཐའ་ཐམས་  
 ཅད་དང་བྲལ་བ་ཤེས་བྱ་ཀུན་ཏུ་གཟིགས་ཀྱང་སྤྱོས་པའི་རང་བཞིན་ཉེ་བར་  
 ཞི་བ་ཁོ་ན་ལོ། །འདིའི་རྒྱབས་སུ་སེམས་སེམས་བྱུང་གི་སྤྱོས་པ་ལྟག་མེད་དུ་

ལོག་པས་ན་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། རང་བྱུང་གི་ཡེ་  
ཤེས་ཉིད་བརྟེན་པས་སེམས་འགགས་པ་གོ་བར་བྱ་སྟེ། སོ་སྦྱེའི་ཀུན་རྟོག་  
གིས་སྒྲགས་ནས་སྒྲོས་པའི་སེམས་མ་འགགས་སམ་སྒྲམ་པ་དང་། འགགས་  
པའི་རྗེས་སུ་ཡེ་ཤེས་མེད་པར་མར་མེ་གི་བ་ལྟར་བསམས་ན་ནི་སངས་རྒྱས་  
ལ་སྐུར་འདེབས་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་དེ་སྐུར་པའི་ཕྱིར་ཟབ་མོའི་དོན་ལ་ངེས་པའི་  
ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ལ། བདེན་པ་མེད་ཀྱང་རྣམ་དཔྱད་འཐད་པའི་ཚུལ། བདེན་པར་  
གྱུབ་པའི་རྣམ་དཔྱད་མི་འཐད་པའོ། །དང་པོ། ཁྱོད་ལྟར་ན་ཤེས་བྱ་ཤེས་  
བྱེད་རང་བཞིན་མེད་པས་ན་རྣམ་པར་དཔྱད་པའང་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེན། ཡུལ་ཅན་རྟོག་པ་དང་། བརྟག་པར་བྱ་བ་ཡུལ་གཉིས་པོ་དག་ངོ་པོས་  
མ་གྲུབ་ཀྱང་། ཡན་ཚུན་བརྟེན་ཅིང་ལྟོས་ནས་བཞག་པ་ཅམ་ཡིན་ཏེ། དེས་  
ན་རི་ལྟར་འཛིག་རྟེན་ན་མ་བརྟགས་ཉམས་དགའ་བ་ཅམ་གྱི་གྲགས་པའི་ཐ་  
སྟོད་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་དཔྱད་པ་ཐམས་ཅད་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་ཆེས་  
འཐད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་དེ་དག་ན་ཟེ། རྣམ་པར་བརྟག་ཅིང་སྒྲོས་  
པའི་ཆོས་ཀུན་མི་བདེན་པར་རྟོགས་པའི་སྐྱད་དུ། གང་ཆོ་ཡུལ་ཐམས་ཅད་  
རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་དཔྱད་པ་ཡི་ཤེས་པའམ། རྣམ་དཔྱད་ཀྱིས་  
དཔྱད་པར་བྱེད་ན། རྣམ་དཔྱད་དེས་རང་གིས་རང་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་དཔྱད་  
མི་རུས་པས། དེ་ཆོ་རྣམ་དཔྱད་དང་པོ་དེ་ཡང་ནི་གཉིས་པས་རྣམ་པར་དཔྱད་



དགོས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ནམ་དཔྱད་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེན། དཔྱད་བྱ་ཚོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་ནམ་པར་དཔྱད་པར་བྱས་  
 བས་སྒྲེ་བ་དང་སྒྲེ་མེད་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་གང་དུ་མི་གནས་པར་ངེས་པ་  
 དེ་ཡི་ཆོ། ནམ་དཔྱད་ལ་ནི་འདིའོ་ཞེས་གཟུང་བའི་རྟེན་ནམ་ཡུལ་ཡོད་པ་མིན་  
 ལ། ནམ་ཞིག་དམིགས་གཏང་ཀྱི་ཡུལ་ལམ་རྟེན་མེད་པ་དེས་ན་ཡུལ་ཅན་  
 དེ་མི་སྒྲེ་རྟེ་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བས་ན། ནམ་དཔྱད་དེའང་རྒྱལ་རྒྱལ་ས་  
 བཞིན་དུ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རང་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱ་རན་ལས་འདས་པར་བརྗོད་  
 རོ། །གཉིས་པ། དངོས་པོར་སྒྲུབ་གང་གི་ཡུགས་སྣར་ན་དོན་ཤེས་འདི་  
 གཉིས་ཤིན་དུ་བདེན་དཀའ་བར་གནས་ཏེ། རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་ཡང་གལ་ཏེ་ཤེས་པ་ཉིད་ཚད་མར་གྲུབ་པའི་དབང་ལས་དོན་  
 ཡོད་པར་གྲུབ་སྟེ་ཤེས་པ་ཚད་མ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པར་མཐོང་བས་སོ་ཞེ་  
 བ། ཤེས་པ་བདེན་པར་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་རྒྱུ་མཚན་ནམ་རྟེན་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེས་  
 དྲིའོ། །དེ་ལ་ཤེས་པ་རང་གིས་དོན་དམ་པར་མི་གྲུབ་ལ་ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་  
 བརྒྱབ་ས་ན་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་བས་རྒྱལ་བྱེད་གཞན་མེད་ལ། འོན་ཏེ་ཤེས་  
 བྱའམ་གཞལ་བྱ་བདེན་པ་མཛོན་སྒྲུམ་པ་འདི་འདྲིན་པས་གྲུབ་བོ་ཞེན། ཤེས་  
 བྱ་ཡོད་པ་ལ་རྟེན་ཅི་ཡོད་ཅེས་དྲི། དེའི་རྟེན་ནི་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་ཤེས་  
 གན་རྒྱུན་གཅིག་གིས་གཅིག་རྒྱུབ་ཅེན། དེ་འདྲའི་ཡོད་པ་དེ་ནི་རང་གི་ངོ་བོས་  
 མ་གྲུབ་པར་ཕན་རྒྱུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ལྟོས་པའི་དབང་གིས་ཡོད་པ་སྟེ་རིང་

ཐུང་བཞིན། དེའི་ཕྱིར་གང་རུང་གཅིག་རྒྱབ་པ་ན་གཅིག་ཤོས་དཔེར་མི་རུང་  
 རྟེན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དོན་དམ་པར་གཉིས་ཀའང་ནི་མེད་པར་འགྱུར་  
 ལ། གལ་ཏེ་ཐུ་མེད་ན་ཕ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། ཕར་འཛོག་བྱེད་མེད་པས་སོ། །  
 དེ་ལྟར་ཕ་མིན་ན་ཐུ་ཉིད་གང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཉིས་ཀ་  
 མི་འཐད་དོ། །དེ་ལྟར་འཛོག་བྱེད་ཐུ་མེད་པར་དེའི་སྡོན་དུ་ཕ་མེད་པ་དེ་བཞིན་  
 འདིར་དོན་ཤེས་གཉིས་ལས་གང་བརྒྱབ་བྱུང་བ་དེ་སྤར་མ་གྲུབ་པ་ཐུ་ལྟ་  
 ཐུ་དེའི་སྡོན་དུ་དེའི་རྒྱབ་བྱེད་གཅིག་ཤོས་ཕ་ལྟ་ཐུ་དེ་ཡོད་མི་སྤྲོད་པས་མཐར་  
 དེ་གཉིས་ཀ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་སོ། །

ཡང་དེ་དག་འདི་སྟུམ་དུ། འདི་ལྟར་ཕན་ཚུན་གྱི་དབང་གིས་གྲུབ་བོ་ཞེས་མི་  
 རྒྱ་སྟེ། འོན་ཀྱང་ཤེས་བྱའི་འབྲས་ཐུ་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། དེས་ཤེས་བྱེད་ཡོད་  
 བར་ཅིས་མི་རྟོགས་ཏེ། དཔེར་ན་ཐུ་གུ་ནི་ས་བོན་ལས་སྟེ་ཞིང་། ཐུ་གུ་དེ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ས་བོན་ཉིད་ཡོད་པར་རྟོགས་པ་བཞིན་ནོ་སྟུམ་ན། དཔེ་མི་མཚུངས་  
 ཏེ། ཐུ་གུས་ས་བོན་རྟོགས་པ་ནི་ཐུ་གུ་རང་ཉིད་འབའ་ཞིག་གིས་རྟོགས་པ་  
 མ་ཡིན་ལ། ཐུ་གུ་ལས་གཞན་པའི་ཤེས་པ་ཡིས་འབྲས་ཐུ་ཐུ་གུ་ལ་རྗེས་  
 གུ་དབགས་ནས་འདི་ལ་རྒྱ་སྡོན་སོང་ས་བོན་ཡོད་ཅེས་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 དེའང་ས་ཐུག་གཉིས་སོ་སོར་དམིགས་ནས་རྒྱ་འབྲས་སུ་ངེས་པའི་ཚད་མས་  
 དེ་ལྟར་རྟོགས་གྱི། རྒྱ་འབྲས་སུ་ངེས་པའི་ཚད་མ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བར་ཐུ་གུ་  
 མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཤེས་བྱེད་རྟོགས་པར་བྱེད་

པ་ལ། རྟགས་ཤེས་པ་ཉིད་ཡོད་པར་རྒྱ་མཚན་གང་ལས་རྟོགས་ཏེ། རོན་དམ་  
པར་རང་རིག་དང་གཞན་རིག་གང་གིས་ཀྱང་མི་འགྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་  
ན་དངོས་པོ་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཐ་སྟངས་འཐད་དཀའ་ཞིང་། བཏགས་  
པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་ཆེས་འཐད་དོ་ཞེས་བསྟན་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་  
མ་མེད་པ། རོ་བོ་སྟོང་པ་ཉིད། འབྲས་སུ་སྟོན་པ་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་  
པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། བྱིན་ཅི་ལོག་དགག་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་དོན་བསྟན་  
པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། རྒྱ་མེད་པ་དགག་པ། རྒྱ་མིན་པ་རྒྱར་འདོད་པ་དགག་  
པ་གཉིས། དང་པོ། རྒྱར་འཕེན་པ་སོགས་ཇི་ལྟར་ཆེར་མའི་རྩོད་དང་། མ་  
བྱའི་མདོངས་བཀྲ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སྟུས་ཀྱང་མ་བྱས་པར་སྤྱིད་པ་ངོ་  
བོས་བྱུང་ངོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ་རེ་ཞིག་འཇིག་རྟེན་པའི་མདོན་སུམ་གྱིས་འབྲས་སུ་ཀུན་ལ་རང་སྤྱིད་བྱེད་  
ཀྱི་རྒྱ་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་མེད་བཞིན་སྒྲེབ་ནི་མཐོང་མི་  
སྤྱིད་དེ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། གང་ཡོད་ཉིད་ན་གང་སྤྱིབ་འཇམ། །གང་འགྱུར་ན་  
ཡང་རྣམ་འགྱུར་པ། །དེ་ནི་དེ་རྒྱར་བཏུབ་ཤིང་། །དེ་ནི་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་ཡོད། །  
ཅེས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིར་མདོན་སུམ་ནི་མཚོན་པ་ཅམ་སྟེ་རྟེན་དཔག་ཀྱང་  
སྤྱད་དོ། །གལ་ཏེ་བསྐྱེད་སྤྱིང་བྱ་དང་འདབ་མ་ལ་སོགས་པ་སྣ་ཚོགས་པ་དག་  
རྒྱ་ལ་མ་མཐོང་བས་དབྱེ་བ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་མི་འཐད་སྟུམ་ན། རྒྱ་  
ལ་འབྲས་སུ་དངོས་སུ་གྲུབ་ན་རྒྱ་འབྲས་སུ་ཅིར་འགྱུར་ཏེ། འོན་ཀྱང་བསྐྱེད་

སྒོང་བྱ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་ས་བོན་ལ་མ་བརྟེན་པར་མི་འབྱུང་ཞིང་ས་བོན་  
ལས་འབྱུང་པར་མཐོང་བས་ན་འབྲས་བུའི་དབྱེ་བ་ནི་རྒྱའི་དབྱེ་བས་བསྐྱེད་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་སྣ་ཚོགས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱའི་རྩ་པའི་དབྱེ་བའང་  
སྣ་ཚོགས་པར་གྲུབ་པོ་ཞེས་སོ། །དེ་འདྲ་བའི་རྒྱའི་དབྱེ་བ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པར་  
གང་གིས་བྱས་ཞེན། གཞན་སྐྱུ་ཀྱང་མ་བྱས་ཏེ་འདི་ལྟར་ས་བོན་དེའང་རང་  
གི་རྒྱ་མེད་པར་འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། རྒྱར་གྱི་རྒྱའི་དབྱེ་བ་ཉིད་ལས་སོ། །  
ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལ་རྩ་པ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ན་ད་ལྟའི་ནས་ཀྱི་ས་བོན་འདིས་ནས་  
ཀྱི་ལྷ་ལྷ་སྐྱེད་ཀྱི། སྣ་ལའི་ལྷ་ལྷ་མི་སྐྱེད་ཟེར་ན། ད་ལྟའི་ནས་ཀྱི་ས་བོན་འདིས་  
རང་དབང་བའི་ཚུལ་དུ་རྩ་པ་སྣ་ཚོགས་གང་རུང་བཟུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
རྒྱར་གྱི་རྒྱ་ཡི་མཐུ་ལས་རང་གི་རིགས་འདྲ་བ་སྐྱེད་པའི་བདག་ཉིད་དུ་འཕང་  
བའི་ཕྱིར། འདི་ནི་དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་དེ་སྐྱུ་ཀྱང་འབྲུགས་པར་རྩ་པ་  
མིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱ་མེད་པར་གྲུར་ན་རྟག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་ནའང་། དངོས་པོ་རྣམས་ནི་ཡུལ་དུས་རེས་འགའ་བར་དམིགས་པའི་  
ཕྱིར་རྒྱ་ལྡན་དུ་གྲུབ་པོ། །གཉིས་པ་ལ། ཤེས་ལྡན་དབང་ལྷན་རྒྱ་ཡིན་པ་དག་ག།  
ཤེས་མེད་བཅའ་པོ་རྒྱ་ཡིན་པ་དག་ག། དང་པོ་ལ་རྒྱ་དབང་ལྷན་ལ་དབྱུང་བ།  
དེས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་དབྱུང་བ། འབྲས་བུ་སྐྱེད་ཚུལ་ལ་དབྱུང་བའོ། །  
དང་པོ། དབང་ལྷན་པ་སོགས་ན་རེ། རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་ཐམས་ཅད་མཁུན་  
པ་དབང་ལྷན་གིས་སྒོ་སྒོན་དུ་བཏང་ནས་འདིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་བྱེད་དོ་ཞེས་

ཟེར་རོ། །དབང་ཕྱུག་ཅེས་པ་འགོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ན། རེ་ཞིག་དབང་ཕྱུག་གི་ངོ་  
 བོ་གང་ཡིན་སྒྲོལ་གིག་ཅེས་བྲིས་པས། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཡིན་ནོ་ཟེར་  
 ན། དེ་ལ་འབྱུང་བ་ལས་འབྱུང་གྱུར་གྱི་འབྲས་བུ་རྣམས་སྒྲེ་བས་དེ་རྒྱ་ཡིན་  
 པར་ཁོ་བོ་འང་འདོད་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་ལ་དབང་ཕྱུག་ཅེས་མིང་བཏགས་ཤིང་།  
 བདག་ཅག་འབྱུང་བ་ཞེས་བཏགས་པའི་མིང་གི་ཁྱད་པར་ཅམ་སྟེ་དེ་ལྟ་ན་མིང་  
 བྱི་སྟེ་བོའི་འདོད་པས་གང་འདོད་སྐྱར་བཏུབ་པའི་ཕྱིར་དབང་ཕྱུག་སྐྱབ་པའི་  
 ཆོག་ས་ཆེན་པོའི་ངལ་བ་འདིས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ་འདི་བྱ་མི་རིགས་སོ། །འོན་ཀྱང་  
 ཁྱེད་ཀྱིས་དབང་ཕྱུག་ནི་ཏྲག་གཅིག་མཆོད་འོས་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་དང་  
 ལྡན་པར་འདོད་ན། ས་སོགས་འདི་རྣམས་ནི་དུ་མ་དང་། མི་ཏྲག་པ་དང་།  
 སྟོ་ཡི་གཡོ་བ་མེད་པ་དང་། མཆོད་བྱའི་ལྟ་མིན་པ་དང་། རྟེན་པ་སོགས་ཀྱིས་  
 འགོ་མ་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། ལྷས་པའི་ཡུལ་མིན་པ་དང་། མི་གཙང་བ་དང་  
 ལྡན་པའང་ཡིན་པས་འབྱུང་བ་དེ་ནི་དབང་ཕྱུག་ཉིད་མིན་ཏེ། དབང་ཕྱུག་དེ་  
 ལས་བསྐྱེད་པའི་མཆོད་ཉིད་ཅན་དུ་འདོད་པས་སོ། །དབང་ཕྱུག་ནམ་མཁའ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེན་མིན་ཏེ། འབྲས་བུ་སྟེད་པའི་བྱེད་རྩལ་གྱི་གཡོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 བདག་ཀྱང་མིན་ཏེ་སྐར་ནས་བཀག་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་ཕྱུག་དེའི་ངོ་བོ་  
 བྱི་རྩུ་རྩལ་མཐོང་བས་བསམ་པར་མི་རྣམས་པས་སྒྲོན་དེ་དག་མེད་ཅེན། དབང་  
 ཕྱུག་བསམ་པར་བྱ་བ་མིན་པའི་བྱེད་པོ་འང་མིན་ཏེ། དེ་བསམ་པར་བྱ་བ་མིན་  
 ན་དེ་བྱེད་པོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པས་ཅི་བྱ་སྟེ། བརྗོད་པ་ནི་བསམས་ཤིང་གེས་

ནས་བརྗོད་དགོས་ཀྱི། རི་ལྷ་ཁུ་ཡིན་པ་ཅིའང་མ་ཤེས་པར་དེ་བྱེད་པོར་སྟ་  
 ཞིག་གིས་བརྗོད། རྒྱ་བྱེད་པོ་མ་ཤེས་ན་འབྲས་སུ་འདི་རྣམས་དེས་བསྐྱེད་པར་  
 འདོད་པའང་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་སོ་སོར་ཤེས་ཤིང་  
 རྒྱ་འབྲས་སུ་དེས་ནས་བརྗོད་དགོས་ཀྱི། གཞན་དུ་མོ་གཤམ་གྱི་སྟ་སོགས་  
 གྲང་བྱེད་པོར་ཐལ་ལོ། །གཉིས་པ་དབང་ལྷག་དེས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་སུ་ནི་  
 རྟག་པ་བདག་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནམ། མི་རྟག་པ་ཤེས་པ་སོགས་ཡིན། དང་  
 པོ་ལྷར་བདག་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འབྲས་སུ་ཆ་བདག་དེ་དང་ས་  
 སོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ལྷན་དང་། རྒྱ་དབང་ལྷག་རང་གི་ངོ་བོ་འང་རྟག་པར་འདོད་པ་  
 མིན་ནམ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཆར་རྟག་པ་དེ་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དུ་རི་ལྷར་རུང་  
 རྟེ་རྒྱ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་དང་བལ་ཞིང་། འབྲས་སུ་སྐྱེ་བའི་བྱེད་པར་དང་བལ་  
 བའི་ཐུང་། གཉིས་པ་ལྷར་ན། རྩོར་སྤང་གི་ཤེས་པ་སོགས་ནི་ཕུལ་སྡེ་སོགས་  
 དམིགས་སྟེན་སོགས་ལས་བྱུང་ཞིང་། ཐོག་མེད་ནས་རྒྱུད་ལ་ཡང་ཡང་བྱུང་  
 བའི་ཆོར་བ་བདེ་སྟག་ནི་སྟོན་གྱི་ལས་ལས་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་དབང་ལྷག་དེས་  
 འབྲས་སུ་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པ་སྦྱོས་ཤིག་ ཅེས་དེས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་སུ་མི་  
 སྤྱིད་པའི་ཐུང་། མདོར་ན་རྟག་པ་ལ་རྒྱ་མེད་ལ། མི་རྟག་པ་རང་གི་རྒྱ་ལས་  
 བྱུང་བས་དབང་ལྷག་གིས་ཅིའང་མ་བྱས་ཏེ་རྣམ་འབྲེལ་ལས། མཚོན་དང་  
 སྟོན་སོགས་འབྲེལ་བ་ལས། །ནག་པའི་སྤྲ་དང་འདུབས་ཡིན་ན། །འབྲེལ་  
 མེད་སྤྱིང་དུ་མ་ཅི་ཡི་ཐུང་། །རྒྱ་ཉིད་དུ་ནི་རྟོགས་མི་བྱེད། །ཅེས་པ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་རྒྱ་དབང་ལྷུག་ཉིད་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པ་མིན་ན། དངོས་རྒྱ་རྒྱས་པ་  
 ཐོག་མ་མེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་འབྲས་སུ་ཀྱན་ལ་ཐོག་མ་ག་ལ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་  
 བ་འབྲས་སུ་འདི་ནི་འདི་ཙམ་ན་ཡོད་ཀྱི་འདིའི་སྒྲིན་དུ་མ་བྱུང་ཞེས་བཞག་པར་  
 མི་རྒྱས་པར་ཐོག་མེད་ནས་ཡོད་དགོས་ཀྱི། དེས་འགའ་བར་དམིགས་པ་མི་  
 འཐད་དོ། །དེས་ན་ད་ལྟའི་སྒྲེས་པ་དང་བྱད་མེད་འདི་དག་ཀྱང་སྒྲིན་ཐོག་མེད་  
 བས་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །དེ་ལ་དབང་ལྷུག་གིས་སྒྲིན་བཅུད་འདི་དག་དམ་  
 ཅན་དུ་བྱས་པས་ན་འབྲས་སུ་ཁ་ཅིག་བྱེད་ལ་ཁ་ཅིག་མི་བྱེད་པའི་སྐབས་ཡོད་  
 པས་སྒྲིན་མེད་སྟམ་ན། དབང་ལྷུག་གི་འབྲས་སུར་གྱུར་ཏེ་ཅིག་ཀྱན་དུས་ཏྲག་  
 ཏུ་ཅིའི་ཕྱིར་བྱེད་པ་མིན་ཏེ། འབྲས་སུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་དབང་ལྷུག་ཁོན་ཡིན་  
 པ་གང་ཞིག་དབང་ལྷུག་དེ་ནི་རྒྱུན་གཞན་ཅི་ལ་འང་ལྟོས་པ་མིན་ན་འབྲས་སུ་  
 ཐམས་ཅད་སྒྱེ་བའི་རྒྱ་དུས་ཏྲག་ཏུ་ཆང་བས་འབྲས་སུ་ཅི་ཕྱིར་མི་སྒྱེ་སྒྱེ་ནམ་  
 འགྲེལ་ལས། མ་ཆང་མེད་རྒྱ་དེ་ལ་ནི། །འབྲས་སུ་གང་གིས་ལྟོག་པར་འགྱུར། །  
 ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་སོ་སོ་ལ་ལྟོས་སོ་ཞེན། ལྟན་ཅིག་  
 བྱེད་རྒྱུན་ཀྱང་དུས་ཀྱན་ཏུ་མི་ཆང་བ་ག་ལ་སྤིང་དེ། དབང་ལྷུག་དེས་བྱས་པ་  
 མིན་པའི་དངོས་པོ་གཞན་ཡོད་པ་མིན་ན། དབང་ལྷུག་དེས་འབྲས་སུ་བསྐྱེད་  
 པ་འདི་རྒྱ་གཞན་གང་ལ་ལྟོས་པར་འགྱུར་ཏེ་དེ་ནི་མི་འཐད་དོ། །

གལ་ཏེ་རྒྱུན་གཞན་ལ་དེས་པར་ལྟོས་ན་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པ་དེ་ཉིད་རྒྱ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་གྱི། དབང་ལྷུག་རྒྱ་མིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཆོན་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པ་ན་འབྲས་

ལུ་མི་སྤྱེ་བའི་དབང་མེད་ཅིང་། རྒྱ་རྒྱེན་དེ་མེད་པར་ནི་དབང་ལྷན་ལའང་སྤྱེད་  
དབང་མེད་པས་སོ། །དེས་ན་རྒྱ་རྒྱེན་གཞན་ལས་སྤྱེ་བར་མཐོང་བཞིན་དོན་  
མེད་དབང་ལྷན་གྱང་རྒྱར་རྟོག་ན་རྒྱ་ལྷན་མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ་རྣམ་འབྲེལ་ལས།  
གང་དག་ཡོད་ན་གང་འགྱུར་ཉིད། །དེ་དག་ལས་གཞན་དེ་ཡི་རྒྱ། རྟོག་པ་  
ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ལ། རྒྱ་རྣམས་ལྷན་པ་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
པ་བཞིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་དབང་ལྷན་འདིས་འབྲས་སུ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཆོག་ས་པ་ལ་ལྷོས་སུ་རྒྱག་  
གྱང་། ཆོག་ས་པའི་དབང་གིས་གཞན་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་བ་སོགས་རང་གིས་མི་  
འདོད་བཞིན་དུ་བྱེད་ན་གཞན་དབང་ཅན་དུ་ཐལ་ལ། འབྲས་སུ་རྣམས་ཇི་ལྟར་  
འདོད་པ་བཞིན་དུ་འདོད་པའི་དབང་གིས་བྱེད་ན་འང་འདོད་པ་ལ་རག་ལས་  
གིང་འདོད་པའི་ལྷན་སྒྱུས་ཟེན་པའི་གཞན་དབང་ཅན་དུ་འགྱུར་ངོ། །གཞན་  
ཡང་འདི་སྤྱོད་བཅུད་ཀྱི་བྱེད་པོ་ཡིན་དུ་རྒྱག་ན་འང་ཁྱོད་འདོད་པའི་དབང་ལྷན་  
ག་ལ་ཡིན་ཏེ་འབྲས་སུ་བྱེད་པ་དང་ལྡན་ན་མི་རྟག་པས་བྱབ་པའི་བྱིར། རྟག་  
པ་དེ་དོན་བྱེད་པས་སྤྱོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྤྱེ་སྤྱེགས་དཔྱོད་པ་པ་  
སོགས་རྒྱལ་ཐ་རབ་རྟག་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྒྱར་སྒྲུབ་པ་དེ་དག་ནི་སྤར་རྒྱལ་ཐ་  
རབ་བཀག་ཟེན་པས་འདིར་འཆད་མི་དགོས་སོ། །ཡང་གངས་ཅན་པ་ནི།  
གཙོ་བོ་རྟག་པ་འགོ་བའི་རྒྱར་འདོད་ཅིང་། དེའང་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱེད་དང་  
སྤྱན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་པོ་ཀུན་རྒྱ་ཆ་མཉམ་པ་ནི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་



རྒྱ་གཙུག་པོ་ཞེས་པར་རབ་རྒྱ་བརྩོད་དེ། མ་མི་མཉམ་པར་གྱུར་པ་ན་འགྲོ་བ་སྣ་  
ཚོ་གསལ་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱུར་བར་འདོད་དོ། །དེ་ལ་གཙུག་པོ་གཅིག་བདེན་ལ་  
ཡོན་ཏན་གྱི་རང་བཞིན་གསུམ་ཡོད་པ་འགལ་ཏེ་གསུམ་ཡོད་ན་གཅིག་མིན་  
པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཏྲག་གཅིག་རྒྱ་གྱུར་པའི་རང་བཞིན་ནམ་གཙུག་པོ་དེ་མེད་དོ། །  
དེ་བཞིན་ཡོན་ཏན་གསུམ་པོ་དག་གྱུར་མེད་དེ། དེ་རེ་རེ་ལ་འདར་གསུམ་གའི་  
ཆ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གལ་ཏེ་མེད་ན་རང་བཞིན་གྱི་རང་ཚུལ་ལས་འདས་པར་  
འགྱུར་རོ། །རྒྱ་ཡོན་ཏན་མེད་ན་དེ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་འགྱུར་སྣ་སོགས་གྱུར་  
ཡོད་པར་འདོད་པ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་རྒྱུང་རིང་དུ་འགྱུར་བའམ་ཡོད་པ་དང་བྲལ་བར་  
འགྱུར་ཏེ། འཛིན་པ་མེད་པའི་བུམ་པ་བཞིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཆོར་བ་ནི་སེམས་ཉིད་དུ་ཚད་མས་གྲུབ་ན། སེམས་མེད་གོས་ལ་  
སོགས་པ་ལ་བདེ་སོགས་ཡོད་པ་མི་སྲིད་ལ། དངོས་པོ་སྣ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
བདེ་སོགས་དེའི་རྒྱུའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་མི་སྦྱོན་ཞེན། དོན་དམ་པར་དངོས་  
པོ་རྣམས་མེད་པར་བཀག་ཟེན་ལ། ཐ་སྙད་དུ་རང་གིས་ཁས་བླངས་པ་དང་  
འགལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྣམ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུའང་བདེ་སོགས་སུ་འདོད་ལ། སྣམ་  
སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུའང་བདེ་སོགས་སུ་འདོད་པས་གང་སྣམ་སོགས་བསྐྱེད་  
པའི་རྒྱུའང་འདི་ཡིན་ལ། སྣམ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུའང་འདི་ཡིན་  
པ་ནི་བཞད་གང་གྱི་གནས་ཏེ་མི་འདི་འདིའི་སྐྱེ་ཡང་ཡིན་ལ་བྱེད་ཡང་ཡིན་ཞེས་  
བརྩོད་པ་བཞིན་ནོ། །བདེ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་ན་ནི་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་པ་

ཉམས་སོ། །མདོར་སྤྱད་དང་ཡང་འགའ་ཏེ། བདེ་སྟོགས་དེ་ལས་སྒྲུབ་སྟོགས་  
 འབྱུང་བར་ནམ་ཡང་མ་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟར་སྒྲུབ་སྤྱད་ཅན་དན་གྱི་སྤྱིང་བ་  
 སྟོགས་ལས་བདེ་སྟོགས་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སྒྲུབ་སྤྱད་ལ་སྟོགས་པ་  
 དེ་རྒྱལ་སྤྱི་བའི་ཆ་གས་སྤྱད་མ་གྲུབ་པས་ན་དེ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་སྟོགས་  
 བྱི་གཞན་དུ་ཡན་གར་བར་གནས་པ་མེད་དོ། །ཁོ་ན་རེ། བདེ་སྟོགས་ནི་སྒྲུབ་  
 སྟོགས་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་ཏེ་གཙོ་བོའི་རང་བཞིན་རྟག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 བདེ་སྟོགས་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ནམ་ཡང་མི་ལྟོག་པར་དམིགས་པར་ཐལ་ཏེ། བདེ་  
 སྟོགས་དམིགས་སྤྱད་སྤྱད་བ་གང་ཞིག དེ་སྤྱིར་གྱི་རང་བཞིན་ལས་གཡོ་མི་  
 སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་ནའང་རྟག་པར་དམིགས་པ་ཞིག་ནམ་ཡང་མེད་པས་  
 མི་འཐད་དོ། །གལ་ཏེ་བདེ་སྟོགས་རྟག་ཏུ་ཡོད་ཀྱང་གསལ་བ་དང་མི་གསལ་  
 བའི་བྱུང་བར་ཡོད་པས་ན་རྟག་ཏུ་དམིགས་པར་མ་རེས་ཞེ་ན། བདེ་སྟོགས་  
 གཏན་མི་གསལ་ན་ནི་སྤྱིར་གྱི་མི་གསལ་ཡོད་པར་ཡང་མི་རྒྱུད་ལ་དེ་ལྟར་  
 བྱུང་ཁས་གྱུར་མི་ལེན་མོད། སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་བདེ་སྟོགས་གསལ་བ་  
 ཞིག་ཡོད་པ་ཉིད་ན་ནི། དུས་རྟག་ཏུ་འདྲིལ་བའི་ཕྱིར་མི་འཛིན་ཏེ་བདེ་  
 སྟོགས་དམིགས་སྤྱད་སྤྱད་ཞིང་དམིགས་པའི་ཡུལ་དུ་བྱུང་བའི་རྟག་པར་གནས་  
 པའི་ཕྱིར་མིག་ལྟན་གྱི་མདུན་ན་མར་མེ་བཞིན། གལ་ཏེ་བདེ་སྟོགས་རགས་  
 པ་གསལ་བ་དེ་ཉིད་སྤྱིར་གྱུར་ནས་མི་གསལ་བ་རྒྱས་པའི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་  
 དེ་མྱོང་མི་རྒྱས་ཞེ་ན། བདེ་སྟོགས་རྟག་གཅིག་དེ་ནི་སྤྱིར་གསལ་གྱི་གནས་སྐབས་

མི་འདྲ་བའི་འགལ་བ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་རྗེ་ལྟར་འགྱུར། གལ་ཏེ་སྤར་གྱི་  
རགས་པའི་མཚན་ཉིད་དོར་ནས་གཞན་ཕྱ་བར་གྱུར་པས་ན་སྒྲིན་མེད་ཅེ་ན།  
ཕྱ་རགས་ཀྱི་དོ་བོར་གྱུར་པའི་བདེ་སྐྱབས་དེ་དག་མི་རྟག་པར་གྱུ་བོ། །བདེ་  
སྐྱབས་གསལ་བ་དག་སྤྲུལ་མའི་གནས་སྐབས་དོར་ནས་གཞན་དུ་གྱུར་པར་ཁས་  
ལེན་ན། དེ་བཞིན་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཉེར་ལྟ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཀྱང་མི་རྟག་  
པར་ཅིས་མི་འདོད་དེ་གང་ཡང་རྟག་ཏུ་སྒྲུང་ཚུལ་གཅིག་ཁོ་ནར་དམིགས་པ་  
ནི་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོ། །

གལ་ཏེ་ཕྱ་རགས་སུ་གྱུར་གྱུར་བདེ་བའི་རང་བཞིན་མ་དོར་བས་རྟག་པ་ལས་  
མི་ཉམས་ཞེ་ན། རགས་པ་དང་བདེ་བ་དེ་གཉིས་ཐ་དད་དམ། གཅིག་ཡིན།  
དང་པོ་ལྟར་ན་རགས་པ་འགགས་གྱུར་བདེ་བ་གསལ་བ་མི་འགག་པར་རྟག་  
ཏུ་སྒྲུང་དགོས་ལ། རགས་པ་དེ་ཉིད་བདེ་བ་ལས་གཞན་མིན་པར་གཅིག་ཏུ་  
འདོད་ན་བདེ་བ་གསལ་བར་ཏེ་ངེས་པར་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་གྱུ་བོ། །དེ་ལ་  
ཁོ་ན་རེ། བདེ་བ་མི་གསལ་བར་གྱུར་གྱུར་གཙོ་བོའི་གྲོང་དུ་རུས་པའི་དོ་བོར་  
བག་ལ་ཞབ་ཡིན་ཅིང་སྤར་གསལ་བ་ན་སྤར་ཡོད་དེ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ཙམ་  
ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་སྤར་གཏན་མེད་པ་འགལ་ཡང་དེ་སྒྲུབ་རིགས་པ་མིན་ཏེ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་འཛིམ་པ་ལས་རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན། དེས་ན་གང་  
སྤར་བའི་ལམ་དུ་གྱུར་ཕན་ཆད་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་གཙོ་བོའི་གྲོང་ན་ཡོད་པས་  
བྱུང་ཅེས་འདོད་ན། འབྲས་སུ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དུས་ན་ཡོད་ན་རྟག་ཏུ་མི་དམིགས་

བ་ཅིའི་ཕྱིར་ཡིན་ཅེས་དྲིལ། །དེ་ལ་སློའི་ཡུལ་དུ་སྤར་མི་གསལ་བ་བྱིས་གསལ་  
 བ་ཅམ་ཡིན་ཏེ་ཐུན་ཁང་གི་བུམ་བ་མར་མེ་ལས་གསལ་བ་བཞིན་ལོ་ཞེན། ཁྱོད་  
 གྱི་རྩ་བའི་རིགས་བ་ཉམས་ཏེ། གསལ་བ་ནི་རྒྱ་དུས་ན་མེད་པར་གསར་དུ་  
 སླེབ་ནི་ཁྱོད་མི་འདོད་པའམ་ཁས་མ་སྤངས་ཀྱང་དོན་ལ་དེ་ལྟར་གནས་བ་ཉིད་  
 དེ། གསལ་བ་རྒྱ་དུས་ན་ཡོད་ན་གསལ་མི་གསལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཡང་བཞག་  
 ཏུ་མེད་དེ་དང་པོ་ནས་གསལ་བར་ཐལ་ལོ། །དེས་ན་རང་གི་ཁས་སྤངས་ནང་  
 འགལ་ལོ། །ཡང་རིགས་བ་དང་འགལ་ཏེ། གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་དངོས་  
 སུ་གནས་ན། ཟན་ཟ་བ་ན་ཁྱོད་མི་གཙང་བ་ཟ་བར་འགྱུར་ལ། གཞན་ཡང་  
 ཁྱོད་རས་ཉི་བའི་རིན་གྱིས་རས་བལ་གྱི་ས་པོན་ཉོས་ལ་དེའི་ནང་ནས་རས་  
 བུངས་ཏེ་གོས་སུ་བགོ་བར་གྱིས་ཤིག་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་གྲུབ་པོ་  
 ཞེས་སོ། །དེ་ལ་ཁོན་རེ། དོན་དུ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་ཀྱང་སྤོངས་པའི་རབ་  
 རིབ་གྱིས་མིག་བསྐྱད་པའི་འཛིག་རྟེན་བས་མ་མཐོང་ངོ་ཞེན། རྒྱ་ལ་འབྲས་  
 བུ་གནས་པའི་དེ་ཁོན་ཉིད་ཤེས་པ་གངས་ཅན་པའི་སྟོན་པ་རྣམས་གྱིས་བཞག་  
 བ་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་དེ་འཛིག་རྟེན་པ་ལའང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་རྒྱ་ཚང་བས་ཅི་སྟེ་མི་  
 མཐོང་། ཁྱོད་ལྟར་ན་སྦྱར་དེ་ཉིད་ཤེས་པའི་ཤེས་པ་འབྲས་བུར་གྱུར་བ་དེ་  
 སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཡོད་དགོས་ཤིང་། རྒྱ་ལ་འབྲས་གནས་དངོས་སུ་འདོད་  
 བ་གངས་ཅན་གྱི་རྣམ་བཞག་ཁས་ལེན་པའང་ཡོད་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་  
 ཟན་ཟ་ཞིང་མི་གཙང་བ་མི་ཟ་ལ། གོས་འདོད་པས་རས་ཉི་ཞིང་རས་བལ་

གྱི་ས་པོན་དོན་དུ་མི་གཉེར་བར་མ་མཐོང་ངམ། ཡུལ་དུས་གང་ན་ཡང་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ཁྱེད་གྱིས་བྱས་པ་དེ་བཞིན་ལོངས་སྤྱོད་པ་མ་མཐོང་  
བས་གཞོད་དོ་ཞེས་སོ། ཁོ་ན་རེ། འཇིག་རྟེན་པའི་མཐོང་བ་ཚད་མ་མིན་  
བས་དེས་གཞོད་པ་མེད་དོ་ཞེན། འོ་ན་འཇིག་རྟེན་པས་འབྲས་སུའི་རང་བཞིན་  
གསལ་བ་མངོན་དུ་མཐོང་བའང་རྒྱུ་པར་འགྱུར་ལ། དེ་རྒྱུ་ན་རྒྱ་འདི་ལ་  
འབྲས་སུ་འདི་ཡོད་དེ་ཕྱིས་མངོན་དུ་གསལ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་དོན་མེད་པར་  
འགྱུར་རོ། །

དེ་དག་ན་རེ། གལ་ཏེ་འཇལ་བྱེད་རྒྱུ་པ་ཡིན་བས་གཞལ་བྱ་མི་འགྲུབ་ན་  
དབུམ་བཞུགས་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་པའང་དོན་དམ་པར་ཚད་མར་གྲུབ་པ་མིན་  
ན། དེས་གཞལ་བའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་རྣམ་པར་བཞག་པའང་རྒྱུ་པར་མི་  
འགྱུར་ངམ། དེ་ལྟར་ན་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་ཚད་མ་རྒྱུ་པ་དེས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དམ་  
དོན་དམ་པར་སྟོང་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་གཞལ་ཞིང་བཅད་ནས་སྟོང་ཉིད་དུ་བསྒྲུབ་  
བའང་གཏན་ཚིགས་དེའི་ཕྱིར་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེན། འདིར་བདག་  
ཅག་གིས་ཚད་མས་གྲུབ་དོན་སྟོང་ཉིད་ཅེས་དམིགས་གཏད་ཀྱི་ཡུལ་བདེན་  
གྲུབ་ཅིག་ལ་གྲུབ་མཐའ་འཆང་བ་ནི་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ན། བརྟག་པར་  
བྱ་བའི་དངོས་པོ་བྱམ་སོགས་ལྟ་བུ་དེ་ལ་མ་རེག་པའམ་མ་བརྟེན་པར་ནི་བྱམ་  
མེད་ལྟ་བུ་དངོས་པོ་དེ་ཡི་དངོས་མེད་ཡན་གར་དུ་ནམ་ཡང་འཛིན་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ཕྱིར་བྱམ་མེད་དང་བྱམ་པའི་སྟོང་པ་ལྟ་བུའི་རྣམ་གངས་པའམ་ཉི་ཚོ་

བའི་སྟོང་པ་དེའང་གཞན་དངོས་པོ་དེ་བཀག་པ་ལས་བསལ་བའི་ཆ་ཡིན་པས།  
འདི་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་རྒྱན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དངོས་མེད་  
ཀྱང་གསལ་བར་དེ་ངེས་པར་རྒྱན་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །འོ་ན་དངོས་པོ་ཀུན་  
མེད་ཅེས་བསྒྲམས་པས་ཅི་བྱ་སྟེ། དངོས་ཡོད་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་རྒྱན་  
པར་མགོ་མཉམ་ཞིང་གཉིས་ཀ་ཡང་དག་པ་མིན་པའི་བྱིར་ཞེན། རེ་ཞིག་  
ཐོག་མེད་ནས་གོ་མས་པའི་དངོས་ཞེན་གྱིས་སྤྱིད་པར་འཆིང་བར་བྱེད་པ་དེའི་  
གཉེན་པོར་དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་གོ་མས་པ་ཅམ་སྟེ། དངོས་དངོས་  
མེད་གཉིས་ཆར་རྒྱན་པ་དེས་ན་ངེ་ལྟར་མི་ལམ་དུ་བྱ་བྱུང་ནས་ཤི་བ་མིས་ཏེ་  
སྤྲུག་བསལ་བ་ན། ལུ་མེད་སྒྲམ་པའི་རྣམ་རྟོག་ནི། ལུ་དེ་ཡོད་སྒྲམ་པའི་རྣམ་  
རྟོག་གི་གོགས་ཡིན་ལ་དེའང་རྒྱན་པ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ཤིང་གཉིས་  
ཟུང་དུ་བདར་བའི་མེས་ཤིང་གཉིས་ཀ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་དངོས་ཀུན་བདེན་  
མེད་དུ་རྣམ་པར་དབྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མེས་དངོས་དངོས་མེད་དུ་བཞག་པའི་  
དམིགས་པའི་གཏད་སོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནགས་འཐིམ་པོ་མ་ལུས་པ་བསྐྱེད་པ་  
ནས་སྦྱོས་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ་གནས་པའི་ཆོན་ཁས་ལེན་ཐམས་  
ཅད་དང་བྲལ་བའི་དབུ་མ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །

དེ་རྒྱུད་དུ་འང་མདོ་ལས། དེ་ལྟར་སྦྱོད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་མ་ཁས་  
གསལ་བ། །ཆགས་པ་བཅད་ནས་འགོ་ལ་ཆགས་པ་མེད་པར་འགོ། །ཉི་མ་  
སྒྲ་གཅན་གཟའ་བྲལ་ལྟང་ངེར་འདུག་པ་དང་། །མེ་བཏང་རྩ་དང་ཤིང་དང་

ནགས་ཚལ་བསྐྱེད་པ་བཞིན། །ཆོས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་དག་  
 ཅིང་ཡོངས་དག་པར། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་ལྟ་ན། །  
 བྱེད་པ་པོ་ཡང་མི་དམིགས་ཆོས་ཀྱན་མི་དམིགས་ཏེ། །འདི་ནི་ཤེས་རབ་པ་  
 རོལ་ཕྱིན་མཆོག་སྟེང་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་།  
 ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་རྟག་པར་འཛིན། །མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཆད་པར་ལྟ། །དེ་ཕྱིར་ཡོད་  
 དང་མེད་པ་ལ། །མཁས་པས་གནས་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ཡང་དག་པའི་དོན་བསྟན་པ། རྒྱ་མཚན་དེ་བས་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་  
 དབྱེད་པས་དངོས་པོ་འགའ་འང་རྒྱ་མེད་པ་ཡོད་པ་མིན་ལ། རྒྱ་རྟག་པ་ལས་  
 ཀྱང་མི་སྟེ་སྟེ། ཕྱིའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ས་པོན་ལས་ལྷ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 ཏུ་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་བརྟེན་ཏེ་འབྱུང་ལ། བད་གི་སྟེ་མཆེད་ནི་མ་དེག་པ་  
 བས་ཀྱི་ཤིའི་བར་ལྷ་གྲུ་རྒྱུད་ཏུ་བརྟེན་ནས་སྟེའོ། །དེ་འབྲེལ་དངོས་པོ་རང་  
 རང་གི་རྒྱ་རྒྱེན་དེ་དག་སོ་སོ་བ་རེ་རེ་ནས་དང་། ཐམས་ཅད་འདུས་པ་ཡི་རྒྱེན་  
 རྣམས་ལ་ནི་འབྲས་བུ་མི་གནས་ཏེ། རེ་རེ་བས་སྟེང་པར་མི་རུས་ལ། འདུས་  
 པ་ལ་ཡང་རྒྱ་རྣམས་ལས་གཞན་ཏུ་གྱུར་པ་ཅུང་ཟད་མེད་དོ། །འབྲས་བུ་སྤྱང་  
 བའི་ཆོ་རྒྱ་རྒྱེན་དེ་དག་ལས་གཞན་ཞིག་ནས་འབྲས་བུ་ཉིད་དེར་འོང་བ་མ་  
 ཡིན་ལ། རྒྱ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཐ་དད་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 གྲུབ་ཟིན་འདིར་གནས་པའང་མིན་ཞིང་། འགག་པའི་ཆོ་འདི་ནས་གཞན་  
 ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བའང་མིན་ཏེ་དེ་ཕྱིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱས་སྟོང་

པའོ། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་སོ་སོ་བ་ཞེས་པས་བདག་སྐྱེ་དང་གཞན་སྐྱེ་དགག་  
བ་དང་། འདུས་པ་ཞེས་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་བཀག་བ་སྟེ་མུ་བཞི་པོ་བཀག་  
པར་ཡང་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་བདེན་པར་བྱས་པའི་བྱིན་དང་གི་དངོས་པོ་འདི་ཀུན་  
སྐྱེ་མ་ལས་ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད་དེ། སྐྱེ་མས་སྐྱེ་ལ་པའི་རྟ་གླང་ལ་སོགས་པ་  
གང་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་བྱིས་སྐྱེ་ལ་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གང་  
ནས་འོང་བ་དང་། གང་དུ་འགྲོ་བ་བརྟག་པར་བྱས་ཤིག་དང་དེ་གཉིས་མཚུངས་  
པ་ངེས་པར་མཐོང་བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལ་བདེན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་འདི་སྣང་  
པའི་ཆེ་གཞན་ཞིག་ནས་འདིར་འོང་ཞིང་། འགག་པའི་ཆེ་འདི་ནས་གཞན་  
ཞིག་དུ་འགྲོ་དགོས་ན་འང་སྔ་ཕྱིའི་མཐར་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལ། འབྲས་སུ་གང་  
ཞིག་རང་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གང་དག་ནི་ཉེ་བའམ་ཆོགས་པར་གྱུར་པ་ན་རྒྱ་དེ་  
ཁོ་ནའི་རྟོགས་ཀྱིས་རང་གི་བདག་ཉིད་མཐོང་བར་འགྱུར་གྱི། རྒྱ་དེ་མེད་ན་  
རང་གི་རང་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་ཚུལ་མི་སྤྱིད་པ་དེས་ན་གཞན་རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས་  
བཅོས་མ་གཟུགས་བརྟན་དང་མཚུངས་པ་དེ་ལ་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པའི་བདེན་  
པ་ཉིད་རི་ལྟར་ཡོད་དེ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བརྟག་  
ཆད་འགྲོ་འོང་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་རང་བཞིན་སྐྱེ་མའི་དཔེ་བརྒྱད་  
ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱད་པ་ལས། དུང་རྩལ་སེམས་དཔའ་  
གང་ཞིག་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ལ། སྐྱེ་མེད་ཟད་པ་མེད་པར་ཤེས་རབ་



འདི་ཤེས་ཏེ། ཉི་མ་སྤྱིན་མེད་འོད་ཟེར་འཕྲོ་བས་མུན་བསལ་ལྟར། མ་དེག་  
 ཐིབས་པོ་བཅོམ་ནས་རང་བྱུང་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
 རོ། །གསུམ་པ། འབྲས་བུ་ལ་བརྟགས་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དེ་ཡོད་པ་ཞིག་  
 གམ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། འབྲས་བུ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་གྱུར་པ་ལ་  
 རྒྱུ་འདུག་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། དེ་གཉིས་པམ་ཚུན་རྒྱ་འབྲས་སུ་མི་རུང་ངོ་། །  
 འོན་ཏེ་འབྲས་བུ་དེ་མེད་པ་ཞིག་རྒྱས་བསྐྱེད་དོ་ཞེན། འབྲས་བུ་རང་གི་ངོ་བོ་  
 མེད་པ་ཅམ་ཡིན་ན་དེ་ལ་རྒྱུ་འདུག་པ་ཅི་ཡོད་དེ། མེད་པ་ལ་སྦྱིར་རྒྱ་མེད་  
 ཅིང་རང་ཉིད་མེད་པའི་ངོ་བོར་གནས་ཟིན་པས་སོ། །གལ་ཏེ་མེད་པ་ཅམ་པོ་  
 དེ་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ནི་མིན་ཀྱང་། རྒྱ་འདིས་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཉིད་ཡོད་པའི་  
 དངོས་པོར་བྱེད་དོ་སྟམ་ན་དེ་མི་ལུས་ཏེ། རྒྱ་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་ཅིག་ཚོགས་ནས་  
 འབད་ཀྱང་ཚེས་གང་ཞིག་རང་གི་ངོ་བོ་མེད་པ་དེ་དངོས་པོ་ཉིད་ཏུ་བརྒྱུར་ཏུ་  
 མེད་དེ། རྒྱ་ཅི་ཚོགས་ཀྱང་རི་བོང་གི་རྩ་ཡོད་པར་བརྒྱུར་མི་ལུས་པ་བཞིན་ཏེ་  
 མེད་པ་གང་གི་ཡང་ལྟོས་བྱུར་མི་འགྱུར་ངོ་། །དངོས་མེད་དངོས་པོར་བརྒྱུར་  
 ཏུ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཀྱང་། དངོས་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་མ་དོར་བཞིན་ཏུ་འགྱུར་  
 བ་དང་། དོར་ནས་འགྱུར་བ་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་  
 མེད་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་དེ་ནི་དངོས་པོ་མིན་ཏེ། དེ་གཉིས་པམ་ཚུན་  
 སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་ཕྱིར། དངོས་མེད་དོར་ནས་དངོས་པོར་གནས་ཏུ་འགྱུར་  
 བའང་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ་དེ་མི་སྤྲིད་པ་ནི། འདི་ལྟར་རང་གི་ངོ་བོ་མེད་པར་

གནས་པ་དེ་ནི། མེད་བཞིན་པའི་ཆོན་དངོས་ཡོད་སྲིད་པ་མིན་ན་དེ་ལ་དངོས་  
 བོ་ཡོད་པའི་སྐབས་ནམ་ཡང་མེད་ལ། དངོས་པོར་སྐྱེས་པར་མ་གྱུར་པ་དེ་  
 སྲིད་དུ་ནི་དངོས་མེད་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། དངོས་མེད་རང་གི་མཚན་ཉིད་མ་  
 དོར་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་ཡོད་པའི་སྐབས་ནམ་ཡང་མི་སྲིད་པས་ན་དངོས་མེད་  
 དངོས་པོར་རི་ལྟར་འབྱུར་ཏེ་འབྱུར་མི་རིགས་སོ། །དེས་ན་དངོས་མེད་ཉིད་  
 ཡིན་བཞིན་དུ་དངོས་པོར་འབྱུར་བ་མི་སྲིད་ན། དངོས་མེད་དངོས་པོར་འབྱུར་  
 བ་ཞེས་པ་ཆོག་ཅམ་སྟེ། གང་དངོས་མེད་ཡིན་པ་ཅམ་གྱིས་དངོས་པོ་ཡོངས་  
 གྲུབ་སྐབས་པར་གྱུར་པའི་བྱིར། དེ་དེར་གྱུར་པ་ནི་མེད་དོ། །ཁྱུར་བ་མེད་  
 གྱུར་ཡོད་པར་ཡོངས་སུ་འཛིན་ན་སྐྱུ་གུ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་མོ་གཤམ་གྱི་  
 སུ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པར་ལྟ་བར་བྱོས་ཤིག དངོས་མེད་དངོས་པོར་མི་འབྱུར་  
 བ་དེ་བཞིན་དངོས་པོ་འང་མེད་པར་མི་འབྱུར་ཏེ། དེ་གཉིས་ཕན་ཚུན་སྐབས་  
 པས་ན་རིགས་པ་དངོས་མེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་དེ་འདིར་ཡང་བསྐྱུར་ཏེ་  
 ཤེས་པར་བྱ་ཆོག་པའི་བྱིར། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་དེ་དངོས་པོ་མེད་པར་འབྱུར་  
 བ། དེ་དངོས་དངོས་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་གཉིས་སུ་གྲུབ་པར་ཐལ་བའི་བྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་འགག་པ་ཡོད་པ་མིན་ཞིང་། དངོས་པོ་འང་  
 བདེན་པར་ཡོད་པ་མིན་པ་དེ་བྱིར་འགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་  
 པོ་རྟག་རྒྱུང་མ་སྐྱེས་ཤིང་མ་འགགས་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟ་ན་འང་སྲིད་པ་སྐྱ་  
 ཆོགས་པའི་འགོ་བར་སྐྱང་བ་འདི་ནི་སྐྱང་ཡང་མི་བདེན་པ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ།

རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུང་ན་ཚུགས་སྤྱབ་པའི་སྒྲིང་པོ་མེད་པས་ཚུ་གིང་དང་  
འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སྤྱད་ན་ལས་འདས་པ་དང་། མ་འདས་པ་འད་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་དུ་བྱུང་པར་མེད་དེ་གང་བཅིང་བ་མེད་ལ་གྲོལ་བ་མེད་པར་རྟག་ཏུ་  
མཉམ་པ་ཉིད་ཁོ་ནར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བྱེད་ལས་ལ། རང་གི་ཆོས་བརྒྱུད་མགོ་སྟོམས་  
པ་དང་། གཞན་ལ་བརྟེན་བརྩེ་ལ་མེད་དུ་འབྱུང་བའོ། །དང་པོ། དེ་ལྟར་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་རྟེན་སྟོགས་སྟོབ་པ་དང་ཤོར་བཅི་  
ལ་ཡོད་དེ། དེ་བཞིན་དུ་རིམ་གྱོ་བྱས་པ་འཇམ། བརྟེན་པ་དང་། བདེ་བ་དང་  
སྤྱུག་བསྐྱེད། དགའ་བ་དང་མི་དགའ་བཅི་ཞིག་ཡོད། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་རིགས་  
པས་བཅའ་ལ་བར་བྱས་ན། ཡུལ་གང་ལ་སྟེན་ཅིང་གང་ཟག་སྤྱུ་ཞིག་སྟེན།  
ལེགས་པར་དབྱུང་ན་གསོན་པོའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ནི་སྟོང་པ་འདིར་རི་ལྟར་  
འཛི་བར་འགྱུར་ཏེ། ཆེ་བྱི་མ་འབྱུང་འགྱུར་དང་། ལྷ་མ་བྱུང་བར་གྱུར་བ་གང་  
ཡིན་ལ། གཉེན་བཤེས་ཀྱང་གང་ཡིན་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་དང་  
འདྲ་བར་གནས་ཡུགས་དབྱུང་པའི་སྒྲོ་ཅན་བདག་ལྟ་སྤྱུ་ཡོངས་སྤྱུ་བཟུང་  
བར་བྱས་ནས་ཆོས་བརྒྱུད་མགོ་སྟོམས་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སོ། །གཉིས་པ།  
འདི་ལྟར་འགྲོ་བ་བདག་ཉིད་བདེ་བར་འདོད་པ་རྣམས་མེད་ཀྱང་ལ་འཐབས་པ་  
དང་། གཉེན་ལ་སྟོབ་པའི་རྒྱུ་དག་གིས་ཡིད་རབ་ཏུ་འབྱུགས་པ་དང་དགའ་བར་  
བྱེད་ཅིང་། འདོད་པ་མ་གྲུབ་པའི་བྱ་ངན་དང་། འདོད་པའི་དོན་དུ་འབད་རྩོལ་

དང་། གཞན་ལ་ཅོད་པ་དང་། བདག་གཞན་ལུས་ལ་ཚུན་གཅོད་ཅིང་  
 འཕྲིགས་པ་དང་། གཞན་ཡང་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་སྤྲིག་པ་མང་བ་དག་གིས་ཉེ་བར་  
 བསྐྱབས་པའི་འགྱུར་པ་ཤིན་ཏུ་ཆོག་མཆོག་ཅེན་པོ་ཅན་དག་གིས་འཚོ་བར་བྱེད་  
 ལ་དོན་རྒྱུ་ཚོ་འདིའི་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་ཡིད་བསྐྱུ་ཁིང་དུས་འདུལ་བར་གནས་  
 སོ། །འགྲོ་བ་འདི་རྣམས་རེས་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྒྲོ་བས་ལས་བདེ་འགྲོ་མཐོ་  
 རིས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་རྣམ་པ་མང་པོ་དག་ཏུ་ཡང་ཡང་འོངས་ཏེ་འདོད་བདེ་ལ་  
 སྤྱད་ནས་སྤྲིག་པའི་འབྲས་བུས་ཤིན་ཏུ་ཐོང་གསུམ་གྱི་སྤྲིག་པ་སྤུལ་ཕུན་  
 རིང་ཁིང་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་རྣམས་སྤྱུང་བར་འགྱུར་ཁིང་། མཐོ་དམན་  
 བདེ་སྤྲིག་རེས་པ་མེད་པའི་སྤྱིད་པའི་སྤྱེ་བ་བརྒྱུད་མར་གཡོ་ཁིང་འཕུན་པར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། དེ་འདྲའི་སྤྱིད་པ་རྣམས་སྤྱི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་འདོད་ཚོངས་སྤྱིད་  
 པའི་གཡང་ས་ཤིན་ཏུ་མང་ཁིང་། སྤྱིད་པ་དེར་ནི་བདག་ལྟའི་རང་ཚུལ་ཅན་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཆོས་དངོས་པོ་བདེན་པར་ཞེན་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མིན་པའི་རང་  
 བཞིན་འདི་འདྲ་བ་ཡིན་པས་དེར་ཡང་ཕན་ཚུན་འགལ་བའི་དབང་གིས་ན་སྤྱིད་  
 ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་འདི་འདྲ་བ་མེད་དེ། ཕུན་པའི་གྲོང་དུ་སྤྱང་བ་བཞིན་  
 བོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱང་བ་དང་བུལ་བའི་སྤྱིད་པ་དེར་ཡང་དཔེ་མེད་མི་བཟད་  
 པའི་སྤྲིག་པ་སྤུལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་དུས་དང་ཕྱོགས་ཀྱི་པ་མཐའ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིང་། དེར་ནི་འགྲོ་བ་རྣམས་སྤྱིད་པའི་ལས་ཉོན་  
 གྱི་དབང་དྲག་པོས་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་དགོ་བ་སྤྱུབ་པ་ལ་སྒྲོ་བས་རྒྱུང་ཁིང་།

དག་བ་སྐྱབ་པའི་རྟེན་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོའང་མུང་བ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེར་ཅུང་  
 ཟད་གནས་པའི་སྐྱབས་སུ་འང་ཡུན་རིང་པོར་གསོན་པའི་བྱ་བ་ལུས་གྱི་རིམ་  
 གོ་སྒྲ་ཆོག་པ་དང་། ཉན་མེད་པའི་བྱེད་བ་སྒྲན་སོགས་བསྟེན་བ་དང་། བཀྲེས་  
 བ་དང་། དལ་བ་དང་། གཉིད་དང་། བྱིན་གྱི་ཉེར་འཆེ་སྒྲ་ཆོག་པ་དང་།  
 བྱིས་པའི་སྐྱེ་བོ་དང་འགྲོགས་པ་སོགས་དོན་མེད་གྱི་བྱ་བས་ཆོ་མི་དོན་མེད་  
 བར་སྐྱར་དུ་འདའ་ཡི། སྤྱིད་བ་ལས་གོལ་བའི་རྒྱ་དེའོན་ཉིད་གྱི་དོན་ལ་སྒྲོས་  
 རྒྱུ་བར་དཔྱོད་བ་ཤིན་ཏུ་རྟོག་པར་དཀའ་ཞིང་། འཁོར་བའི་གནས་དེར་རྒྱུ་  
 གཡང་གོམས་པ་བྱགས་དྲག་པོ་རྒྱ་ཁྲུང་བཞིན་དུ་བབས་པ་སྒྲོ་བར་དུ་རྒྱུ་ལའི་  
 ཐབས་ནི་ག་ལ་ཡོད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་དེར་ཡང་དན་སོང་དུ་སྐྱར་བྱིར་སྐྱེའི་  
 སུའི་བདུད་ལ་སོགས་པ་ནག་པོའི་རྩ་ལག་རྒྱུ་མས་བཙོན་པར་བྱེད་ཅིང་། ཏྲག་  
 ཆད་གྱི་ལྟ་བ་སོགས་ལོག་པའི་ལམ་མང་ཞིང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་མཐོར་  
 བ་འདྲིའོ་ཞེས་དམིགས་རྒྱུ་ཕྱེད་པའི་ངེས་པ་མི་སྐྱེ་བར་ཐེ་ཆོམ་ལས་ཀྱང་  
 བཀལ་དཀའ་སྟེ། ཐེ་ཆོམ་གཅོད་པའི་བྱིན་གྱི་ཉེན་རྟོག་དཀའ་པའི་བྱིར་  
 དང་། དེ་ལྟར་ཡང་དག་པའི་ཆོས་གྱི་སྒྲུང་བ་མ་རྟོག་པར་ཤིན་ཏུ་སྐྱར་ཡང་  
 དལ་བ་རྟོག་དཀའ་ཞིང་། སངས་རྒྱུ་ལ་རིག་རྟེན་དུ་འཕྱུང་བ་དང་། དེའི་  
 བསྟེན་བ་ལ་ནན་ཏན་བྱས་ནས་རང་རྒྱུད་གྱི་ཉོན་མོངས་པའི་རྩ་བོ་སྐྱར་བའི་  
 དུས་ཐོབ་པར་དཀའ་སྟེ། ཞེ་མ་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་  
 བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་ནའང་རང་ཉིད་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་གྱི་

ནང་དུ་བྱིང་བ་མི་མཐོང་བར་སྤྱིད་པ་ལ་ཞེན་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་  
གྱི་ཚུ་བོར་གནས་པ་འདི་དག་ལ་དམིགས་ནས་གྱི་རྟུང་མུ་ངན་བྱ་བར་རིགས་  
སོ། །དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་བསིལ་བའི་རིག་བྱ་འདོད་པའི་བྱུས་ཡང་ཡང་  
བྱས་ནས། ཡང་ཆ་བ་འདོད་པས་ཡང་ཡང་མི་ནང་དུ་འཇུག་པ་སྤྱེལ་མར་བྱེད་  
བ་མཐོང་ན། གྱི་མ་སྤྱེས་བྱ་འདི་སྤྱིང་རྗེ་ཞེས་སེམས་པ། དེ་ལྟར་གྱིན་ཏུ་སྤྱུག་  
བསྐྱལ་བར་གནས་ཀྱང་སྤྱིད་པས་བྱངས་ནས་བདག་ཉིད་བདེ་བར་རྫོམ་བཞིན་  
དུ་གྲ་བ་དང་། འཆི་བ་འོང་རྒྱ་མེད་པ་བཞིན་དུ་བག་བརྒྱུངས་ཏེ་རྩོལ་བའི་  
སྤྱིད་པས་གནས་པ་རྣམས། ཐོག་མར་འཆི་བདག་བརྫོགས་ཏུ་མེད་ཅིང་བཙེ་  
བ་མེད་པས་བསད་པར་བྱས་ནས། ངན་སོང་དུ་ལྷུང་བའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་མི་  
བཟད་པ་འོང་བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་དོན་མཐོང་བ་དང་བྲལ་བས་ན། སྤྱིད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་  
གྱི་མེས་གདུངས་པ་རྣམས་ལ། བསོད་ནམས་ཆད་མེད་པའི་སྤྱིན་ལས་ལེགས་  
པར་བྱུང་བའི་རང་གི་བདེ་བའི་འཚོགས་ཆས་སམ་ཡོ་བྱང་ཟས་གོས་གནས་  
མལ་ལ་སོགས་པ་ཅི་འདོད་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་དེ་དག་གི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ཞི་བར་  
བྱེད་པར་བདག་ནམ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་སྟམ་དུ་བསམ་པ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་  
བ་དང་། ཡང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ནམ་ཞིག་འཁོར་གསུམ་གྱི་  
དམིགས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་གྲུས་གིང་གྱི་སྤྱོད་པའི་  
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་མཐའ་ཡས་པ་བསགས་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་

ཐམས་ཅད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་ནས། བདེན་ཞེན་གྱི་དམིགས་པ་  
 ཁོ་ནའི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་གནས་སུ་ཕྱང་བར་གྱུར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ལ་དེའི་གཉེན་པོ་ཆོས་ཐམས་ཅད་དམིགས་པ་མེད་པར་སྟོན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་  
 བློ་སྟོན་པར་འགྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་ཞིང་། དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་བྱའོ་ཞེས་སྟོང་རྗེ་  
 ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དོ། །རང་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་མཐོང་ན་  
 གཞན་བདེན་འདོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བ་རྣམས་ལ་ནམ་ཡང་མི་གཏོང་  
 བའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་ཞིང་འདི་ནས་རི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ལྟ་  
 སུའི་སེམས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཆོས་ཉིད་དོ། །འདིར་སྒྲས་པ། སྟོང་སྟུང་མཛེས་ཤིང་  
 དོན་ཡང་བརྟེན་བཞི། །མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་མང་པོ་ཉིར་བཞུགས་  
 གྲུང་། །ལལ་གྱིས་རྟོགས་པར་དཀའ་ཕྱིར་སྟོང་སྟུང་གིས། ཅི་བྱ་གོ་བདེ་  
 ལྷག་པར་འདི་བརྟེན་དོ། །རྗེས་བརྟེན་གྲོག་པ་བྲག་ཅས་ཡིད་ཆོས་ཞིང་། །  
 རྟོན་པ་བཞི་པོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གྱུར་པ། །དེད་དུས་འཕགས་ལུལ་མཁས་པའི་  
 གཞུང་སྟོས་བཞེན། །བརྟེན་གྲུང་སུ་ཡིན་པར་དགའ་བ་སྟེད། །འོན་གྲུང་  
 གཞན་དྲིང་མི་འདོག་རྣམ་དཔྱེད་ཅན། །དེ་རྣམས་སྤྱགས་དབུས་ཁུ་ལ་ལན་  
 ལྟ་བཞིན། །སེམ་པར་འགྱུར་ལ་སོམ་ཉིད་སྒྲུབས་བྲལ་ཕྱིར། །ལྷན་ཕྱིན་ནང་  
 བས་གསེར་བཞེན་ལས་ཉོན་གྱིས། །ཡོངས་གང་བདག་གི་ཁ་ནས་ལེགས་  
 བཤད་འདི། །ལེགས་པར་སྟེལ་ལས་དགེ་བ་གང་ཐོབ་པ། །དེས་ནི་མཐའ་  
 ཡས་འགོ་བའི་གཏི་མུག་མུན། །ངན་སེལ་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མར་བདག་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་པའང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྲུ་ཀ་མ་ནས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྐྱལ་བར་  
མཛད་པའི་རྒྱུན་བྱས་ནས། གནས་ལཱ་རིག་པའི་པཎ་ཆེན་དཔལ་གྱི་མཚན་  
ཅན་ལས་ཚུལ་འདིའི་བཤད་ཁྱིད་ལེགས་པར་ནོས་ཤིང་། བོད་དུ་བཞུགས་  
པའི་རྒྱ་འགོལ་ཐམས་ཅད་དང་། བོད་གྱི་མཁས་པས་བརྩམས་པའི་ལེགས་  
བཤད་པལ་ཆེ་བ་ཀུན་གྱིང་མཐོང་ཞིང་། དེ་དག་གི་དོན་ལེགས་པར་སློལ་  
འཆར་བར་བྱས་པ་འཇམ་དབྱངས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་རབ་ཆོས་ས་སྟག་ལའི་  
སྟོན་ར་བའི་ཆོས་གཅིག་ནས་བརྩམས་ཏེ་བྱུང་གསལ་དུ་བྲིས་ཤིང་། ལྷ་བའི་  
ཆོས་བརྩམས་ལ་རྫོགས་པར་བཀྲིས་པ་འདི་གང་གིས་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་  
ཐེག་མཆོག་དབུ་མའི་ཚུལ་ལ་ཐེ་ཆོམ་དང་བྲལ་བའི་ངེས་པ་རྟེན་པའི་རྒྱར་  
གྱུར་ཅིག་མདྲ་ལམ། །མྱད་བྱུང་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་མཐུས། །བདེ་གསེགས་  
ལུང་རྟོགས་དབང་བསྐྱར་ལས། །རིན་ཆེན་སེམས་གཉིས་སྐལ་བཟང་རྒྱད། །  
སྟོན་པར་སྦྱོར་མཁས་ཞི་བའི་སྟ། །ཉམས་དང་དགོངས་པས་འཕགས་ལུལ་  
གཞུང་། །རྣམ་མང་དབུས་ན་བཱེར་བཞིན། །བྱད་འཕགས་བྱང་ཚུབ་སྦྱོད་  
འཇུག་གཞུང་། །རྒྱ་བོད་མཁས་པས་ལན་བརྒྱར་བ་གྲལ། །ཐོབ་བྱའམ་  
རྟོགས་བྱའི་སྟོང་པོ་ནི། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་ཉིད་ཕྱིར། །ཡན་ལག་གཞན་  
དག་འདིར་གཞོལ་ཞེས། །ཟབ་ཅིང་བརྟགས་དཀར་འདོམས་མཛད་གང་། །  
སློ་མཆོག་རྒྱ་མས་བྲེས་མོད་དེ། །སློ་མིག་དོག་ལ་གཞུང་དོན་གནད། །སློ་  
ཐག་ཆོད་པར་མཆོན་དཀའ་སྟེད། །སློ་གསལ་པལ་ཡང་རྣམ་པར་འབྱམས། །



དེ་སྤྱད་ཚད་མའི་གཞུང་མ་བཅོས། །གཞུང་གནས་ཚད་མའི་གཞུང་ལ་འཆེལ། །  
 དངོས་སྟོབས་ཚད་མའི་རིག་པར་བཅས། །བཀའ་ལུང་ཚད་མར་མི་འགལ་  
 བ། །བསྟན་བཅོས་རྩོམ་ལ་སྒྲལ་ཆེན་པོ། །མི་ལམ་མཁས་པའི་ལེགས་  
 བཤད་གང་། །འཕགས་པའི་དགོངས་པ་འབྲུལ་མེད་དུ། །ལེགས་རྟོགས་  
 དཔྱོད་ལྡན་མཐར་ཐུས་ཕྱིར། །གཅིག་ལས་གངས་མེད་སྒྲུལ་པའི་བཟོ། །  
 དག་བཤེས་ངག་དབང་ཤུག་ཡི། །དངོས་རྒྱས་ལས་བྱེད་དད་ལྡན་གྱིས། །  
 འབྲེལ་བཟང་རྒྱན་དུ་བརྩོན་པས་བསྐྱབས། །དེ་དག་མཁའ་ཁྱབ་འགྲོར་  
 སེམས་སྟེ། །སྤྱོད་སོགས་སྟོད་པ་མཐར་ཕྱིན་ནས། །བདེན་གཉིས་གནས་ལྷགས་  
 མངོན་གྱུར་ཅིང་། །བདེ་གཤེགས་ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་ཤོག །ཅིས་རྣམ་དགར་  
 འདི་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་དད་བརྩོན་གྱིས་འབྲེལ་བ་འཇམ་དབྱངས་ལེགས་པའི་  
 རྒྱུ་གྲོས་གྱིས་གཞུངས་ལ་ཁ་བསྐྱར་ཅུང་ཟད་བཤིས་པའོ། །སྐྱ་དྲུག་ལྷ་ཁྱི་  
 རྩ་བ་ཏུ། །

༣༧། །བརྒྱལ་ལན་ཉིན་བྱེད་སྣང་བ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

གང་གི་ཐུགས་བརྩེ་ཉི་མའི་སྣང་བ་ཡིས། །ལེགས་པར་བཟུང་བས་ཡང་དག་  
ལམ་མཆོག་ལ། །ཁོ་ལ་བ་མེད་པར་འདྲེན་པའི་བཀའ་དྲིན་ཅན། །འཇམ་  
དབྱངས་སྤྱོད་མའི་ཞབས་ལ་གྲུས་ཐུག་འཛེལ། །འདིར་སྦྱོད་འཇུག་གེས་རབ་  
ལེའུའི་འགྲེལ་བ་བདག་གིས་བྲིས་པ་དེ་ལ་མི་འཐད་པར་སྒྲ་བའི་ལན་གྱི་ཁྱད་  
པར་ཅུང་ཟད་ཅིག་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་སྦྱར་བོད་སྣ་རབས་པ་དང་བྲིས་  
གྱི་མཁས་པ་དག་གི་བཞེད་ཚུལ་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་མཆིས་པ་ལས།  
བདག་ནི་སྦྱེ་བ་འདིར་སྣ་འགྱུར་བའི་བསྟན་ཞབས་སུ་སྦྱེས་གིང་བསྟན་འཛིན་  
ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་གྱི་བདུད་ཚི་ལོད་པ་ལས་སྣ་འགྱུར་གྱི་བསྟན་པ་དང་  
དེ་འཛིན་ལ་གྲུས་པ་ཡར་འཕེལ་དུ་གྱུར་པ་ལས། དམ་པའི་རིང་ལུགས་ཟབ་  
མོ་སྟན་འཕྱིན་གྱི་སྒྲོ་ངན་སྤང་ཁྲོལ་ངན་པའི་གཤོན་གྱིས་མ་བྱེད་ཅམ་གྱི་དངས་  
པ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་བཤད་པ་ཅུང་ཟད་དེ་བྱས་པ་རྣམས་  
སྟོན་གྱི་དམ་པ་དག་གི་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། དེར་རང་གཞན་གྱི་བཞེད་  
པའི་ཁྱད་པར་དང་དགོངས་པའི་འཛིན་ཚུལ་མདོ་ཅམ་བརྗོད་པར་མ་བྱས་ན།

རྟོགས་དགའ་བ་ཟབ་མོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཡུལ་སྒྲོན་གྱི་དམ་པ་དག་གི་དགོངས་  
 པ་ནི་ཕྱོགས་མགོ་ཙམ་ཡང་མ་གོ་བར། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཡུལ་དང་ཆོག་  
 གི་འཐེན་ཅོད་ཙམ་ལ་ཞེན་པ་དག་གིས་སྒྲ་རབས་པའི་ལུགས་ངན་པ་དེ་དག་  
 རིགས་པ་མི་ཤེས་པས་སྒྲར་ཡང་བརྟེན་པའི་སྒྲུལ་དུ་འཕགས་པོད་ཀྱི་མཁས་  
 གྲུབ་བརྒྱད་པའི་མན་ངག་ཟམ་མ་ཆད་ཅིང་དགོངས་པ་ལྟ་མེད་པའི་བཞེད་  
 གཞུང་རྣམ་དག་ཀྱང་འདོར་ཞིང་། དེ་འཛིན་པའི་དམ་པ་མཆོག་རྣམས་ལ་འང་  
 བརྟེན་པར་མཐོང་ནས་ཕན་པའི་བསམ་པས་མི་བརྟེན་ཀ་མེད་ཀྱི་གནད་ཕྱོགས་  
 མགོ་ཙམ་རེ་སྒྲས་པ་ལས། མང་པོ་སྒྲ་རྒྱ་མཆིས་ཀྱང་སྒྲོས་པ་ཤིན་ཏུ་བརྒྱུངས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཆོན་བདག་རང་ངོས་ནས་རང་གཞན་གྱི་དམ་པ་དག་  
 གིས་ལེགས་པར་བཤད་པའི་གསུང་ཀུན་ལ་དད་པ་བྱུང་མེད་པར་མཉམ་ཞིང་།  
 བཞེད་པའི་བྱུང་པར་མི་འདྲ་བ་དག་ལ་འང་རང་ལུགས་བརྟེན་པའི་ཁར་ལ་  
 གཞན་དང་མི་མཐུན་པ་བྱུང་ཡང་། མཁས་གྲུབ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་  
 རི་ལྟར་ཡང་དགོས་པའི་དབང་གིས་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་དོན་ལྟར་ཡིན་ནོ་  
 རྣམ་དུ་སྒྲོ་བསྐྱེད་པ་ལས། སྤང་ལུགས་ཀྱིས་སུན་ཅི་ཕྱིན་གྱི་སྒྲོ་ངན་སྐྱེད་མི་  
 རུང་བའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་པས་དོན་མེད་ཀྱི་སྒྲ་བ་གང་བྱུང་སྒྲ་དོན་མེད་ན་  
 ཡང་། གཞན་གྱི་བཞེད་པ་དང་མི་མཐུན་པར་སྒྲས་པ་ཙམ་བྱུང་བན། དེང་  
 སང་གི་མི་རྣམས་ཕལ་ཆེར་ཕྱོགས་ཞེན་ཆགས་སྤང་ནི་ཆེ། གཟུང་བ་ནི་མི་  
 གནས། གསར་རྟིང་གི་སྒྲོག་པ་པོ་རྣམས་ཆོག་གི་བརྟེན་སྒྲོས་ཀྱི་འཐེན་ཅོད་

དང་ཆོག་རིས་ཀྱི་འབྱུང་མོན་ཅམ་ལ་ལོ་མང་འབད་ཀྱང་དོན་གནད་ཟབ་མོ་ཚུལ་  
བཞིན་རིག་པ་ཉུང་བའི་ཕྱིར་མི་ཤེས་པ་ལལ་གྱི་བསམ་པ་རོལ། དམན་པ་འདིས་  
ཀྱང་ཅོང་ཁ་པ་སོགས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་ལའང་ཀླན་ཀར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
ཁོང་འབྲུགས་པ་ལས་གནད་བསམ་པ་ཉུང་བའི་ཕྱིར་མང་དུ་མ་སྒྲོས་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེས་ན་བོད་གངས་ཅན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཕྱིན་ལས་འགྲན་  
ཟླ་དང་བལ་བ་རྗེ་བཙུན་ཆེན་པོ་ཅོང་ཁ་པ་འི་གཞུང་གསལ་ཁིང་ལེགས་པར་  
བཤད་པ་རྣམས་ལ་གྲུས་ཤིང་བཀའ་བྲིན་ཆེ་བར་ཤེས་མོད། ལྷ་རབས་ཀྱི་  
དམ་པ་མཆོག་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་དང་བྱུང་བར་ཡོད་པ་རྣམས་ལ། ལྷ་རབས་  
པའི་གཞུང་འཛིན་པ་དག་གིས་རང་ལུགས་གཅིགས་སུ་བྱས་ནས་ལུང་དང་  
རིགས་བསལ་དེ་སྐབ་པ་ནི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲིབ་སྒྱུ་འཛིན་ལུགས་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་  
སྒྲིབ་གང་བྱུང་ལ་གཞན་ཁྱོད་གཞན་གྱི་རང་མཆོངས་སུ་གསལ་ཁིང་། ལྷ་  
རབས་པའི་ལུགས་འཛིན་པས་གཞན་བཀག་པ་སོགས་ལ་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་པའི་  
ལུགས་འཛིན་པ་གཞན་གྱིས་ལུང་རིགས་རྣམ་དག་དང་མཐུན་པའི་བཟལ་བ་  
བྱུང་བ་ལ་རང་ཉིད་ཁྱོད་རང་མཆོངས་སུ་གནས་པའི་ཕྱིར་རང་དང་གཞན་  
གྱིས་བརྗོད་པ་རྣམས་ལ་གང་ཞིག་ནི་ཡང་དག་པའི་ལུང་དང་དངོས་སྟོབས་  
ཀྱི་རིགས་པ་དང་མཐུན་པའོ་ཞེས་རྣམ་པར་དབྱུང་དགོས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཞེན་ཁོ་  
ནའི་དབང་དུ་སོང་བ་ནི་ཚུལ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྱངས་ཀྱི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་ནས་བློ་གྲོས་གསལ་བར་

གཤམ་པ་ཏེ་པོ་བྲག་དཀར་སྐུལ་པའི་སྐྱོ་སྐྱོ་བ་ཟུང་དཔལ་ལྷན་བསྟན་འཛིན་  
 བས་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་གནད་བཟོད་པ་སྐྱོ་གསལ་དགའ་བའི་གཏམ་ཞེས་བྱ་  
 བ་རང་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་བཟོད་གསལ་པོར་མཛད་པའི་གཞུང་ལུགས་པ་ཞིག་  
 བྱིས་ཏེ་བདག་ལ་བཀལ་བའི་བྱིར་འདིར་འབྱོར་བ་ལ་མི་དགའ་བ་མེད་པར་  
 མ་ཟད་མ་བྱས་དབྱར་ར་ཐོས་པ་ལྟར་དགའ་བའི་གསོས་སུ་སྐྱར་ཏེ་གང་དག་  
 རང་ཉིད་ཆོས་སྒོ་གང་ལ་ཞུགས་པའི་ལུགས་བཟུང་ནས་དེ་དང་མི་མཐུན་པར་  
 སྐྱ་བ་ལ་བཀལ་བ་ནི་པ་རྗེས་སུ་འཇུག་ཡ་རབས་དམ་པའི་སྒོལ་ཡིན་པས།  
 དུས་ངན་གྱི་རང་ཉལ་ས་རང་གི་མེ་ཏོག་ལོག་པའི་ལྟ་སྐུལ་ནུམས་ལ་སྒྲུབ་ནས་  
 གཞན་ལུགས་རྗེས་བཟོད་ལ་དགའ་ཡང་། གཞན་གྱི་ལད་མོ་རི་བཞིན་རྗེས་  
 སུ་མ་འབྱོལ་བའི་སྒྲ་བཙོང་རོ་ཆ་མི་ཤེས་པ་དག་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱིར་རོ། །  
 དེ་ལྟར་ཀའང་གཞན་གྱིས་བཟོད་པ་ལ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ལན་ཚུལ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་  
 སྐུམ་དུ་དཔེན་པར་ཅི་མི་སེམས་སུ་གནས་ན་ཡང་། བོད་སྤྱི་ཕྱི་བཞེད་པའི་  
 སྒོར་དེ་དག་ལ་གསལ་ཁ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས་ཞེས་སྤྱི་ཕྱི་དོན་གཉེར་ཅན་  
 དུ་མས་ནན་ཏན་བསྐུལ་བ་དེས་ན་སྐྱོ་བ་དང་བཅས་ཏེ་བཀལ་བ་དེ་ལ་ལན་  
 གྱི་བྱུང་པར་བྱུང་ཟད་བཟོད་འོས་དུས་སུ་བཟོད་པ་ལས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་  
 པོ་ལྟ་བུ་སྒོས་ཅི་དགོས་ཉིད་ལའང་མི་གུས་པ་མེད་མོད་གྱི། དབུ་གུ་དང་ར་  
 སྐུལ་སྐྱོ་དང་སྐྱོ་བ་རྟོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དབང་ལས་  
 བཀལ་ལན་གྱི་སྐྱ་བ་བྱུང་ཟད་བཟོད་པ་ལ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཤེས་པའི་རང་ནས་

དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་དབྱད་པ་ལས་ཐུགས་གཞོད་པར་མི་མཛད་པར་  
ཞུའོ། །དེ་ལ་བྲག་སྐུལ་གྱི་ཞལ་ནས་འདི་སྐད་དུ། ཤེར་ལེའི་འབྲེལ་པ་ནོར་  
ཐུག་ཏུ་ཀ་ཞེས་པ་དེར་ཅོམ་པ་པོ་གྲུབ་མཐའ་ལ་རྒྱས་རྒྱུད་པའི་སྟོན་གྱིས་ལུང་  
རིགས་དང་མི་མཐུན་པའི་བཤད་པ་གནད་ཆེ་བ་འགའ་མཆིས་པ་ལ་ཟབ་མོའི་  
གནད་བཤད་པའི་ཞོར་ལ་དགག་པ་བརྗོད་པར་བྱ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཁོང་  
གི་བཞེད་པའི་ཐོག་མར་དགག་བྱ་ངོས་བཟུང་བ་ལ། རང་སྡེ་དངོས་སྐྱེ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་སྟོ་གཞོད་མེད་ལ་སྦྱང་བའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མ་ཡིན་པར་དོན་  
གྱི་སྟོན་ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་བདེན་གྲུབ་དང་དེར་  
འཛིན་པའི་སྟོ་ལ་བདེན་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་སུ་འདོད་དོ། །

ཐལ་འགྱུར་བ་རང་ལུགས་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པས་བཏགས་པ་འཕམ་དེའི་  
དབང་གིས་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པའི་དབང་གིས་འཛིན་རྟོན་རྣམས་བཏགས་  
ཏེ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ལ། རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་  
ལུལ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ལ་བདེན་གྲུབ་དང་དེ་འཛིན་པའི་  
སྟོ་ལ་བདེན་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་སུ་བཞེད་དོ། །ཞེས་སོགས་གསུང་། དེ་ལ་ཁོ་  
པོས་དབྱད་པར་བྱ་སྟེ། སྦྱིར་དབུ་མའི་སྐབས་སུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པས་  
བཏགས་པ་ཅམ་ལས་དོན་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་མེད་པར་གཏན་  
ལ་འབབས་པ་ནི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་མེད་པ་ཡིན་ལ། ཅོང་ཁ་  
པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསལ་བར་བཀྲལ་བ་ལེགས་བཤད་མཚུངས་པ་

མེད་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་འདོད་  
 པ་ནི་ཐལ་རང་གི་མཁས་པ་ཀུན་གྱི་བཞེད་པ་ཐུན་མོང་པ་ཡིན་གྱི་ཐལ་འགྱུར་  
 ཐུན་མོང་མིན་པའི་ལུགས་སུ་འདོད་པ་ནི་ཆེས་ནོར་བ་ལྟེ། འདི་ལྟར་དོན་དམ་  
 དཔྱད་བྱེད་གྱི་རིགས་པས་དཔྱད་ན་ཆོས་གང་ཡང་དཔྱད་བཞེད་དུ་མི་གྲུབ་ལ།  
 དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་མ་ཡིན་ཏེ་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་ཡུལ་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཁས་ལེན་  
 ལ་ཐལ་འགྱུར་བས་ཐ་སྐད་དུ་ཡང་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞལ་གྱིས་མི་བཞེས་  
 པའི་ཁྱད་པར་འདི་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཕྱིར་རོ་སྒྲུལ་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་གྱི།  
 རང་རྒྱུད་པས་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་པའི་སྐབས་  
 སུ་དོན་དམ་བདེན་སྟོང་ཙམ་ལ་བཞེད་པ་དང་། ཐ་སྐད་ཆད་གྲུབ་བཞེད་པའི་  
 གནད་གྱིས་ཁས་ལེན་དང་བཅས་པའི་དབུ་མ་རྗེས་གྱི་ངེས་པ་དང་མཐུན་པར་  
 གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན་ལ། ཐལ་འགྱུར་བས་རྣམ་གྲངས་མིན་པ་ཁས་ལེན་  
 ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་དབུ་མ་ཆེན་པོ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་བཤད་པའི་ཆོད་ན་  
 དམ་དཔྱད་པ་གཞིར་བཞག་གི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ཐ་སྐད་དུ་ཡང་རང་མཚན་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་མི་འདོད་པར་རི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་སྟོན་བྲལ་དམིགས་པ་  
 མེད་པ་མཉམ་གཞག་དམ་པའི་སྟོན་ཡུལ་དང་མཐུན་པར་གཏན་ལ་འབེབས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཚུལ་རྣམས་སྟོན་གྱི་དམ་པ་དག་གི་མན་ངག་བཞིན་དུ་གཞན་  
 དང་གཞན་དུ་རྩེད་བཤད་བྱེད་པས་འདིར་རྒྱས་པར་མི་སྟོན་ལ། རྣམ་

གྲངས་མིན་པ་དང་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་ནི་རང་རྒྱུད་  
པའི་གཞུང་སོགས་རྒྱ་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་གསལ་ལ། རྣམ་གྲངས་མིན་  
པ་ལས་ལེན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་པའི་དོན་དམ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་  
གི་ཡུལ་དུ་སྦྱང་ཞིང་། རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་རྗེས་ཀྱི་ངེས་པ་ལ་སྦྱང་ལ་  
སྒྲ་མ་ཡེ་ཤེས་དང་བྱི་མ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་ཡིན་ཞིང་དབུ་མ་པ་རྣམས་ཀྱང་  
རང་རང་གི་སྤྱིའི་དབང་གིས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་སྒྲ་ཆོགས་མཛད་དོ། །དེ་  
ལྟར་དོན་དམ་བཏགས་པ་བ་དང་མཆོན་ཉིད་པ་གཉིས་པོ་དང་མཉམ་རྗེས་  
སྦྱར་རྒྱུ་འདིར་གོ་བའི་གནད་ཆེན་པོ་ཡོད་ཅིང་འདི་གོན་ལྟ་བའི་འཛིན་སྦྱངས་  
ཞིག་མ་ཞིག་གི་གནད་ཀྱང་གོ་རྣམ་ལ། ཚུལ་འདི་བཞིན་རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་ཀྱང་  
བཞེད་པ་རེད་མདའ་བར་ལུལ་བའི་ཤོག་དྲིལ་སོགས་ལས་གསལ་བས་དེར་  
བལྟ་བར་བྱོས་ཤིག དེ་ཡང་རང་མཆོན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་འདིར། རྟོག་གི་  
ལ་གྲགས་པ་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་ལ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དུ་བརྗོད་པ་དང་། མཛོན་  
པ་སོགས་ལས་གསུངས་པ་མེད་ཆ་བ་ལྟ་བུ་མཆོན་བྱའི་མཆོན་ཉིད་ལ་རང་  
མཆོན་དུ་གསུང་བ་དང་། དབུ་མ་པས་ཆོས་རང་གི་ངོ་བོ་འཕམ་རང་བཞིན་ནམ་  
མཆོན་ཉིད་གང་ཞིག་དོན་དམ་དབྱེད་པས་དབྱེད་བཞེད་དུ་གྲུབ་པ་ལ་རང་  
མཆོན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞེས་བད་སྦྱར་ཚུལ་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་། གང་གྲུབ་བམ་མ་  
གྲུབ་དབྱེད་རྒྱའི་རང་མཆོན་ནི་ཆོས་དཔེ་ངོ་བོ་ལས་གཞན་དུ་མེད་པས་གནད་  
མཐུན་ཏེ། རང་རྒྱུད་པས་རང་མཆོན་གྱིས་གྲུབ་པར་བཞེད་པ་ཡང་ཐ་སྙད་དུ་



ཆོས་དེའི་ངོ་བོ་ལ་བརྟུན་པ་ཙམ་སྟེ། ཐ་སྙད་དུ་བཅོ་སྟེག་གི་དོན་བྱེད་པའི་  
མེ་དེ་དམར་འབར་བ་དང་ཆ་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་གྱུབ་པ་དེ་ལ་མཚན་  
མཚོན་སྟེགས་གྱི་རྣམ་པ་མ་བྱེ་བར་ཇི་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེའི་ངོ་བོ་ཙམ་གྱི་ཆ་ནས་  
རང་གི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་ལ། མཚན་མཚོན་བྱེན་མེ་ཞེས་པའི་དོན་ནི་ཆ་ཞིང་སྟེག་  
པ་ལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཅས་བྱ་བ་ལས་འོས་མེད་པས་དེ་དག་གཅད་གཅིག་ཏུ་  
སོང་བ་ལས་དོན་གྱི་སྟེང་ན་བྱུང་བར་མེད་ཚུལ་འདི་གོ་བ་གལ་ཆེད། །དེས་  
ན་དོན་དམ་པར་རང་མཚན་མ་གྱུབ་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་གྱུབ་ལ་དེ་གཉིས་གཅིག་  
གིས་གཅིག་སྟུང་མི་འབྱེན་པར་བདེན་གཉིས་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་གཞི་གཅིག་ལ་  
ལྷན་པར་སྒྲུབ་པར་རྒྱུད་པའི་འདོད་པའོ། །

གལ་ཏེ་འདི་སྟུམ་དུ་རང་མཚན་གྱིས་གྱུབ་པ་འཕམ་རང་གི་ངོ་བོས་གྱུབ་པ་དེ་ནི་  
རྟོག་པས་པར་བཏགས་པ་ཙམ་མིན་པར་ཡུལ་རང་གི་ངོ་བོས་གྱུབ་པ་ལ་བརྟུན་  
ཅིང་དེ་ལྟར་གྱུབ་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བདེན་གྱུབ་ཏུ་འགྱུར་རོ་སྟུམ་ན། དོན་  
དམ་དཔྱེད་པས་དཔྱད་པའི་ཆེ་ཡུལ་རང་ངོས་ནས་གྱུབ་པ་རུལ་ཙམ་རྟེན་ནའང་  
དེ་བདེན་གྱུབ་ཏུ་འགྱུར་མོད། དོན་དམ་དཔྱེད་པའི་ངོར་རང་ངོས་ནས་གྱུབ་  
པ་ནི་རང་རྒྱུད་པས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་ལ་ལེན་ན་དབྱམ་པར་མི་རུང་ཞིང་ཐར་  
པའི་ལམ་ཡང་དེ་ལ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཐ་སྙད་དཔྱེད་པའི་ངོར་ཡུལ་རང་  
གི་ངོ་བོས་གྱུབ་པར་སྒྲུབ་ཡང་དེས་ཡུལ་དེ་བདེན་གྱུབ་ཏུ་གལ་འགྱུར་ཏེ་ཐ་  
སྙད་ཆད་མས་གྱུབ་པ་འཐད་དགོས་ལ། དེ་ཐ་སྙད་དཔྱེད་བྱེད་ཀྱི་ངོར་ཡང་

མ་གྲུབ་ན་གང་དུ་འདྲ་གྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆོས་གང་ཡང་རུང་  
སྟེ་རི་ལྷར་སྒྲུང་བའི་དོ་བོ་འཕམ་དེའི་མཚན་ཉིད་དམ་སྟོན་ལུགས་ཐུན་མོང་མིན་  
པ་མེད་ཆ་བ་དང་རྒྱུའི་གཤེར་བ་སོགས་ལྟ་བུ་དེ་དོན་དམ་དཔྱད་པས་དབྱུང་  
བཟོད་དུ་གྲུབ་ན་དོ་བོ་འཕམ་རང་མཚན་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་ལ། དབྱུང་  
བཟོད་མེད་ཀྱང་སྒྲུང་བ་བསྐྱུ་མེད་ནི་ཐ་སྟོན་དུ་གྲུབ་ཚུལ་ལོ། །

དེས་ན་དོན་དམ་དཔྱད་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ལག་རྒྱུས་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་  
པས་ཡར་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་འཆར་ཏེ་དབུ་མ་པ་ཡིན་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
བཏགས་ཡོད་ཅམ་དུ་སྒྲུབ་དགོས་པར་ཡང་ཡང་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
ཕྱིར་འདི་དབུ་མ་པ་ཀུན་གྱི་ཐ་སྟོན་གྱི་ཆོས་རྣམས་ལ་རྗེས་གྱི་དེས་པའི་སྐྱེ་ཚུལ་  
ཡིན་གྱི་ཐལ་འགྱུར་པའི་ཐ་སྟོན་འཛོགས་ཚུལ་ཐུན་མོང་མིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་  
ལྷར་ན་ཐ་སྟོན་རྣམས་འཛོགས་པའི་ཆེ་དོན་དམ་དཔྱད་པ་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པར་  
ཐ་སྟོན་དཔྱད་བྱེད་གྱི་ཆད་མའི་སྟོན་པས་འཛོགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
དོན་དམ་གཟོད་རྟོགས་དགོས་ཏེ། ཐ་སྟོན་བདེན་པ་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་དང་། །  
ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་། འཇུག་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། ཀུན་རྫོབ་གྱི་བདེན་  
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཐབས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་སོགས་མ་དབྱུང་པར་འཛིག་རྟེན་  
ལུགས་གྱིས་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །  
སྟོས་ཡར་བཏགས་ཅམ་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛོགས་པ་འདི་ནི་དོན་དམ་དཔྱད་པ་

སྒྲོན་དུ་སོང་བ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ནམ་ཡང་གྲུབ་མི་རྒྱས་ཏེ་རྒྱས་ན་ཐམས་ཅད་  
ཡེ་ནས་དབུ་མ་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལྷགས་ལའང་  
སྒྲོ་གཞོན་མེད་ལ་སྒྲུང་བའི་དབང་གིས་བཞག་པ་ཙམ་ལ་ཐ་སྙད་དུ་འདོད་དེ།  
འཇུག་པ་ལས། གཞོན་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་དུག་རྣམས་གྱིས། །བཟུང་བ་  
གང་ཞིག་འཛིག་རྟེན་གྱིས་རྟོགས་ཏེ། །འཛིག་རྟེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་ལྟ་  
མ་ནི། །འཛིག་རྟེན་ཉིད་ལས་ལོག་པར་རྣམ་པར་བཞག་ །ཅིས་གསུངས་པ་  
ལྟར་སྒྲོ་གཞོན་མེད་ལ་སྒྲུང་བའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པར་  
རི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལྟར་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་སྟེ་འཛིག་རྟེན་གན་པོའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་  
ཁས་ལེན་གྱི་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་ན་འཛིག་རྟེན་གྲགས་པའི་རྣམ་གཞག་རྣམས་  
འཛིག་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་དེ་ཉིད་དུ་འཕྲོ་འཛིག་རྟེན་དུ། །རྣམ་པ་བདུན་  
གྱིས་འགྲུབ་འགྱུར་མིན་མོད་གྱི། །རྣམ་དབྱེད་མེད་པར་འཛིག་རྟེན་ཉིད་ལས་  
འདིར། །རང་གི་ཡན་ལག་བརྟེན་ནས་འདོགས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་  
བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་ཐ་སྙད་ཚད་མས་གྲུབ་ཚུལ་ཡང་མ་དབྱེད་མ་བརྟགས་པའི་འཛིག་རྟེན་  
གྱི་ངོར་གྲུབ་གྱི་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་ན་གྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་འཛིག་  
རྟེན་ན་གཞོན་མེད་གྱི་དབང་པོ་ལ་སྒྲུང་བའི་དབང་གིས་བཞག་པའི་ཐ་སྙད་  
བྱེད་ཚུལ་དེ་ངོར་ནས་རྟོག་པས་ཡར་བརྟགས་པ་ཙམ་གྱི་ཚད་གྲུབ་ཁས་ལེན་  
ན། །རྟོག་པས་བརྟགས་པ་ཙམ་གྱི་དབང་ལྷག་བྱེད་པ་པོ་དང་གཙོ་བོ་དང་

རྟག་པའི་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་ཡང་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ་དེ་དང་ལུམ་པ་སོགས་ལ་  
ཐ་སྟད་དུ་ཡང་ཡུལ་རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་པ་ལ་བྱད་མེད་ཅིང་། རྟག་པས་  
ཕར་བཏགས་པ་ལ་འད་བྱད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་རྟག་པས་ཕར་  
བཏགས་པ་དེ་ཐ་སྟད་དུ་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་མེད་པ་ལ་སྒྲོ་བཏགས་པ་འབྲུལ་  
པའི་སྒྲོ་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པ་ལ་ཡོད་པར་བཏགས་པ་མ་འབྲུལ་བ་  
གང་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཐ་སྟད་ཀྱི་ཚེས་གང་ཡང་གཟིགས་  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལ་འབྲུལ་བས་སྒྲོ་བཏགས་པའི་སྒྲོ་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཐ་སྟད་དུ་སྒྲོས་ཕར་བཏགས་པ་ཙམ་མིན་པར་ཐ་སྟད་  
དུ་ཚེས་དེ་དག་རང་ངོས་ནས་ཀྱང་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་རྟག་པ་  
ཞེས་པ་ལ་གསུམ་ལས་འདི་སྐབས་རྟག་དཔྱད་ཀྱི་རྟག་པ་དོན་མེད་ལ། རོ་བོ་  
ཉིད་རྟག་གིས་ཕར་བཏགས་པ་ཡིན་ན་འཇིག་རྟེན་གཤོད་མེད་ཀྱི་ཤེས་ངོར་  
ཀ་བར་སྒྲུང་བ་འདི་མིག་ཤེས་ཀྱིས་ཕར་མ་བཏགས་ན་དེར་སྤྱོད་ན་ཀ་བ་མེད་  
པའམ། དེས་གང་གས་གཞི་མེད་བཞིན་བཏགས་ན་ཀ་བས་དབེན་པའི་ཕྱོགས་  
སྒུང་རབ་རིབ་ལྟར་སྒྲོས་ཀ་བ་བཏགས་པས་གདུང་འདེགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་  
པར་འགྱུར་ཞིང་ཐ་སྟད་དུ་འད་སྤྱོད་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་རྟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡུལ་རང་མཚན་མེད་པར་མི་སྒྲུབས་དེས་ཕར་  
བཏགས་པ་མི་སྤྱིད་ལ་དེ་ལྟར་འདོད་པའང་མེད་མོད། སྤྱོད་འདྲེས་འཇིན་  
ཀྱི་རྟག་པས་ཕར་བཏགས་པ་མིང་རྒྱང་བཏགས་ཡོད་ཙམ་ལ་བཟེན། མིག་

ཤེས་རྟོག་མེད་ལ་མེད་མར་འབར་བར་སྒྲུང་བའི་ཆོ་དེའི་སྤྱིང་ན་ཆ་བ་མེད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ་རྟོག་པས་མ་བཏགས་ཀྱི་བར་དུ་ཡུལ་རང་ངོས་ནས་ཆ་བ་ཐ་སྟོན་དུ་  
 མེད་པའི་བྱིར། དམར་འབར་བ་ཅམ་པོ་འང་མི་སྒྲུང་བར་འགྱུར་ཏེ་རྟོག་མེད་  
 ལ་སྐྱེ་དོན་འདྲེས་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་མི་སྤྱིད་པས་ཡུལ་འདོགས་བྱེད་མེད་པའི་  
 བྱིར་རོ། །བརྒྱ་ལ་རགས་པ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་འཕམ་དེར་ཤེས་པ་ཅམ་གྱིས་རྟོག་  
 པས་བཏགས་པའོ་སྒྲུལ་ན་འདི་ཐ་སྟོན་དུ་བུམ་སོགས་ལ་བྱི་རོལ་ན་གང་གས་  
 གཞི་མེད་ན་མི་འཐད་པ་གོང་དང་བྱེད་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་འདི་སྒྲུལ་དུ་རྟོག་  
 པས་ལར་བཏགས་ཡིན་ཡང་རྟོག་པས་བཏགས་ཆད་གྲུབ་མཉམ་དང་མི་གྲུབ་  
 མཉམ་མི་དགོས་སོ་སྒྲུལ་ན། དེ་འདྲའི་བྱེད་པར་དེ་ཡུལ་ཅན་གནོད་མེད་གྱི་  
 དབང་པོའི་དབང་གིས་དང་། ཐ་སྟོན་ཤེས་པའི་ངོར་དེའི་ཡུལ་རང་ངོས་ནས་  
 ཡོད་མེད་གྱི་བྱེད་པར་གཉིས་པོ་གང་ལ་འང་མ་བརྟེན་པར་གང་གྲུབ་ལ་གང་  
 མ་གྲུབ་ཅེས་འཛིན་ཚུལ་རི་འདྲ་ཡིན་པ་གསལ་པོར་སྐྱེ་དགོས་སོ། །དེས་ན་  
 དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་གྱིས་དབྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐ་སྟོན་ཐམས་ཅད་སྟོས་  
 ལར་བཏགས་ཅམ་དུ་གྲུབ་ཀྱང་དེ་ཁོ་ནས་ཐ་སྟོན་གཞག་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཐལ་  
 འགྱུར་བའི་ལུགས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་འཛིན་ཚུལ་ནི་འཛིན་རྟེན་རྒྱན་པོ་ལྟར་བྱ་བར་  
 གཞུང་ན་གསལ་ཞིང་ཡོངས་སུ་གསལ་ལ། བྱེད་གྱིས་ཀྱང་གྲུབ་མཐས་སྟོ་  
 མ་བསྐྱར་བའམ་སྤྱིང་ཉིད་ལ་སྟོ་ཁ་མ་སྟོགས་པའི་འཛིན་རྟེན་རྒྱན་པོ་ལྟར་ཐ་  
 སྟོན་བྱེད་པར་བཞེད་ན། འཛིན་རྟེན་རྒྱན་པོ་རྣམས་གྱིས་དབྱེད་པ་མ་ཞུགས་

པར་སློ་གཞོན་མེད་ལ་སྣང་བ་དང་མི་སྣང་བའི་དབང་གིས་སུམ་པ་ཡོད་མེད་  
གྱི་ཐ་སྣང་བྱེད་པ་ལས། རྣམ་པར་དབྱེད་ནས་སློམ་པར་བཏགས་པ་ཅམ་གྱི་  
སུམ་པའོ་ཞེས་ཐ་སྣང་བྱེད་པ་ལས། མ་དབྱེད་ཀྱང་སློམ་པར་བཏགས་པ་ཅམ་  
གྱི་ཐ་སྣང་འཛོག་ཤེས་པའི་གན་པོ་དེ་སྤྱིད་དམ་དབྱེད་པར་མཛོད་ཅིག་དེའི་  
སྤྱིར་ཐ་སྣང་འཛོག་ཆོ་ཐ་སྣང་དུ་ཡང་རྟོག་པས་པར་བཏགས་པ་ཅམ་ལས་ལུལ་  
རང་ངོས་ནས་མེད་པ་ལ་ཐ་སྣང་ཚད་གྲུབ་བཞག་ཏུ་མེད་དེ། འཇུག་པ་ལས།  
མི་ཤེས་གཉིད་ཀྱིས་རབ་བསྐྱོད་མ་སྤྲེགས་ཅན། རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཉིད་རི་  
བཞེན་བཏགས་པ་དང་། སྐྱུ་མ་སྤྲིག་རྒྱ་སོགས་ལ་བཏགས་པ་གང་། རི་  
དག་འཛིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཡོད་མིན་ཉིད། ཅིས་གསུངས་སོ། །  
དེ་ལྟར་ན་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་སྣང་བ་བཏག་མི་བཟོད་པ་འདི་རང་གཞན་  
འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་མཐུན་པར་སྣང་བ་ཅམ་ལ་མ་བཏགས་པར་འཛིག་  
རྟེན་ཐུན་མོང་དང་མཐུན་པར་འཇུག་པ་ནི་ཐལ་འབྱུར་བའི་ཐ་སྣང་ཐུན་མིན་  
བྱེད་སྒྲུལ་ཡིན་ལ། རོན་དམ་པར་དབྱེད་ན་གང་དུ་འང་མ་གྲུབ་ཀྱང་དེས་འཛིག་  
རྟེན་གྱི་ངོར་གྲུབ་པ་ཅམ་ནི་ཞེགས་པར་མི་འབྱུར་ཏེ། འཛིག་རྟེན་ངོར་བྱས་  
བདག་ནི་སྐྱུ་བར་བྱེད་ཅིས་དང་། ཁྱོད་དང་འཛིག་རྟེན་འདིར་ནི་ཚུད་ཀྱིས་  
དང་། བྱི་ནས་སྟོབས་ལུན་བདག་གིས་བརྟེན་པར་བྱ། ཞེས་དང་། ཆོག་  
གསལ་ལས། འཛིག་རྟེན་པས་ནི་བདག་དང་གཞན་ལས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་  
སུ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་དབྱོད་པ་འཇུག་པ་མེད་པར་བྱས་ནས། རྒྱུ་ལས་

འབྲས་ཁུ་འབྲུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཙམ་ཞིག་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །སློབ་དཔོན་  
ཡང་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་པ་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
དུ་ཁྱད་པར་དོན་མེད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ངེས་སོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་  
པ་བཞིན་ནོ། །

ཡང་ཁོང་གི་ཞལ་ནས། ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་ནི་གང་ཟག་གི་  
བདག་འཛིན་མ་དུག་པ་ལྟན་སྟེས་འབྲུང་སྟེ། དེ་ཆེན་པོར་བ་ལས། རི་  
མིད་ལུང་པོར་འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་མིད་དེ་ལ་ངར་འཛིན་ཡོད། །ངར་འཛིན་  
ཡོད་ན་ཡང་ལས་ཏེ། །དེ་ལས་ཀྱང་ནི་སྟེ་བ་ཡིན། །ཞེས་རི་མིད་ལུང་པོ་བདེན་  
ཀྱུ་བ་ཏུ་འཛིན་པ་དེ་མིད་དུ་དེ་ལས་ངར་འཛིན་པའི་འཛིན་ལྟ་ལྟན་སྟེས་ཉིད་  
འབྲུང་ལ་འཛིན་ལྟ་མ་ལུས་པ་སྤངས་པ་ལ་ལུང་པོ་བདེན་འཛིན་ངེས་པར་སྤོང་  
དགོས་པར་བརྟན་ཏེ། ཀླང་བ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་ངར་འཛིན་པའི་འཛིན་ལྟ་  
ཡོད་ན་དེ་ལས་ལས་དབང་གིས་འཁོར་བར་སྟེ་བར་བརྟན་པ་ལུང་འདིའི་དོན་  
འདི་བཞིན་སྟེ་བས་ཀྱང་བཞེད་པས་འཐད་ལུན་དུ་འཛིན་གྱི་གཞན་དུ་སྦྱོད་  
འྲིག་ཞོར་བུ་གེ་ཏ་ཀར་འཕོད་པ་ཉིད་དུ་ལུང་འདི། འཇུག་པ་ལས། བདག་  
མེད་མཐོང་ཆོ་རྟག་པའི་བདག་སྤངས་གིང་། །ཞེས་སོགས་ཆོག་ཀླང་བཞིའི་  
དོན་དང་གཅིག་ཏུ་འཆད་པ་ནི་གཞུང་ཆེན་པོ་ལ་གོམས་འདྲིས་དམན་པའི་  
རང་མཚང་ངོམས་པའོ། །

དེ་ལྟར་ལུང་འདིས་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པ་འད་དོན་

གྱིས་བསྟན་ཏེ། བདག་འཛིན་གཉིས་པོ་དེ་ལམ་བའི་ཙུ་བ་ཡིན་པ་ལ་བྱུང་  
མེད་ཅིང་། དེ་དག་གི་ཞེན་ཡུལ་སྟུན་མ་སྦྱངས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་ལམ་བའི་ལས་  
ཐར་བར་མི་འགྱུར་ལ། ལམ་བའི་ལས་མ་ཐར་བའི་ཉན་རང་དག་བཙོམ་པ་  
ནི་སྟུས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་པས། ཉན་རང་ལ་བདག་མེད་གཉིས་ཀྱི་དོན་མངོན་  
སྟུམ་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་གྱིན་ཏུ་གསལ་ལོ། །ཚུལ་དེ་དང་མཐུན་པར་རྒྱལ་  
སྐྱུ་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྟ་བུ་ཀྱང་། བདེན་པ་མཐོང་བས་གྲོལ་འགྱུར་གྱི། ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པའི་དོན་བཀའ་ཏེ་བཤད་ནས་བསྐལ་བར་རྩོམ་མོ། །དེ་ལ་  
ཁོ་བོས་ལན་བརྗོད་པར་བྱསྟེ། སྤྱི་ཙམ་དུ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་  
གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ལྟ་བུ་སྟེས་འབྱུང་བ་དང་། འཛིག་ལྟ་ལྟ་བུ་སྟེས་སྤྱོད་  
བ་ལ་ལུང་པོ་བདེན་འཛིན་སྤང་དགོས་པ་དང་། འཛིག་ལྟ་ལྟ་བུ་སྟེས་མ་སྤངས་  
ན་ལམ་བའི་སྟེ་བའི་ལས་འགྲུབ་པ་ལུང་དེའི་དོན་ཡིན་ཡང་། བྱུང་འདོད་  
པ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ་གདགས་གཞི་ལུང་པོ་ལ་བདེན་པར་བཟུང་བའི་དབང་གིས་  
ངར་འཛིན་ལྟ་བུ་སྟེས་འབྱུང་ན་ཡང་ལུང་པོ་དུ་མ་དང་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་  
ཆ་མེད་པའི་བར་དུ་རྟོགས་པའི་ལུང་པོ་བདེན་མེད་དམ་ཆོས་བདག་མེད་རགས་  
པ་ཙམ་རྟོགས་པ་དེས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཐུ་བ་རྟོགས་པར་རུས་ཏེ། རྒྱ་  
མཚན་ཆ་མེད་ཙམ་གྱི་ཆོས་དུ་མ་གྲུབ་ཏུ་རྒྱག་ཀྱང་དེ་ལ་ངར་འཛིན་པར་མི་  
བྱེད་དེ་དེ་ནམས་དུ་མ་དང་མི་རྟག་པར་མངོན་སྟུམ་མཐོང་ཆོ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ང་ཞེས་སྟོས་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་པར་མངོན་སྟུམ་



མཐོང་སྟེ་གདགས་གཞིའི་ཆོས་དེ་དག་བདག་རྒྱུ་འཛིན་པའི་དམིགས་ཀྱིས་དང་  
 མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཐག་པ་མེད་པར་མ་ཤེས་ཀྱང་སྒྲུལ་འཛིན་ལྟ་བུ་  
 པ་སྲིད་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རི་སྲིད་ལུང་པོའི་ཆོགས་པ་ལ་རིལ་པོ་གཅིག་  
 ལུའི་ངོ་བོར་བདེན་པར་འཛིན་པ་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་གང་ཟག་དེ་ལ་ངར་འཛིན་  
 པ་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ། རིན་ཆེན་ཐེང་པ་ལས། འདུས་པ་དོན་མེད་ཉིད་  
 གྱི་ཕྱིར། །གཟུགས་ཀྱང་དོན་དུ་དོན་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་དབང་པོའི་  
 ལུལ་དུ་སྒྲུང་བའི་ལུང་པོ་རྣམས་ཆ་བཅས་དང་དེ་ལ་འདུས་པའི་ངོ་བོ་མེད་པར་  
 སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་དག་གི་དོན་རྒྱ་བའི་  
 ཞབས་གྱིས་ཀྱང་རྒྱས་པར་གསུངས་ཏེ་ལུང་པོ་རྣམས་པ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་  
 དགོས་པ་འདི་ཉན་ཐོས་གྱི་དབང་དུ་མཛད་པ་ཡིན་པར། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་  
 རེམས་དཔས་ཀྱང་། །མཐོང་ནས་སོགས་གྱིས་གསལ་བ་དང་། མདོ་ལས་  
 ཀྱང་། གཟུགས་ནི་དབྱེ་བ་དོན་པ་འདྲ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དེ་ཉན་  
 ཐོས་པའི་ལུགས་གྱི་ཆོས་བདག་མེད་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འཇུག་པ་རང་  
 འགྲེལ་དུ་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་གང་ཟག་གི་བདག་དེ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་  
 བའམ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་གྱི་སྟོང་ཉིད་དེ་ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་པར་གྲོལ་  
 བ་མི་སྲིད་ཅིང་། གང་ཟག་གི་བདག་ལུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་  
 ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱམ་སོགས་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་ཡན་ལག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་ལ། གང་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་རང་གི་ངོ་

བོས་མ་གྲུབ་པ་དེ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཁོན་ཡིན་པས། སྤྱིར་སྟོང་ཉིད་  
 མཛྙགས་ན་ལའོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་མི་སྤྲིད་པར་སྐྱབས་བཞེད་གྱི་ཆ་མེད་གཉིས་  
 རོགས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པར་ཤེས་པའི་ཆོས་བདག་མེད་ཕྱ་མོ་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པར་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པས་མཛྙགས་དགོས་པར་མི་བཞེད་དེ། དེའི་  
 རྩལ་ལོག་ཏུ་ཡང་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཆ་མེད་གཉིས་པོ་བདེན་མེད་དུ་  
 མཛྙགས་ན་སྤང་པོ་རགས་པ་བདེན་མེད་དུ་མི་མཛྙགས་ཏེ་དེའི་གདགས་གཞི་  
 བདེན་པར་འཛིན་པས་སོ་སྐྱམ་ན། ཆ་མེད་ལ་བདེན་འཛིན་མ་དོར་གྲང་དེ་  
 བསགས་པ་ལ་རིལ་པོ་གཅིག་ཏུ་དོན་དམ་པར་འཛིན་པའི་ཞེན་པ་ལོག་པ་ན་  
 ངར་འཛིན་གྱི་ཞེན་པ་འང་ལྷོག་ཀུས་ཏེ། སྤང་པོ་དུ་མ་དང་མི་རྟག་པའི་ཆོས་  
 སུ་ཁོ་ཐག་ཆོད་ཆོད་མ་དེ་བཞེན་ངུ་མར་འཛིན་པ་དང་དེའི་ནང་གི་གང་རུང་  
 གཅིག་དམིགས་གྱིས་བཀར་ཏེ་ངར་འཛིན་པ་མི་སྤྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 སྤང་པོ་དུ་མ་དང་མི་རྟག་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྫོགས་གྲང་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་མངོན་སུམ་མི་མཛྙགས་ན་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པ་དང་རྣམ་བཤུན་གིང་  
 རྟའི་རིགས་པ་ཁོན་ས་ངར་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་གྱི་ཞེན་ཡུལ་ཙུ་བ་དུང་ནས་སྤང་  
 བ་མི་སྤྲིད་པར་འགྱུར་ན་ཡང་རིགས་པ་དེ་དག་གིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 རྫོགས་པར་གཏན་ལ་འབེབས་ཀུས་པར་ཀུན་གྱིས་སྤུན་མོང་དུ་བཞེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བདག་འཛིན་གང་དང་འཛིན་སྤངས་མི་མཐུན་པ་བདག་མེད་  
 གྱི་ངེས་ཤེས་གོམས་པ་མཐར་སྐྱག་པ་ན་བདག་མེད་ལ་གསལ་སྤང་སྐྱེ་བས་

བདག་འཛིན་དུང་ནས་འབྱེན་པ་ཡིན་གྱི་ཆོས་དུ་མ་དམིགས་པ་ཙམ་དང་དེ་  
 ཡང་བདགས་པ་ཙམ་གྱི་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པར་སྤང་ཡང་དེས་ལྟན་སྐྱེས་  
 ཀྱི་རར་འཛིན་མི་སྤྱེད་དོ། ཅིས་ཀྱང་སྤྱེད་དགོས་ན་བདེན་མེད་དུ་ཤེས་ཀྱང་  
 རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཙམ་གྱི་སྒོ་ཡོད་པ་ལའང་མི་ལྟོག་པར་མཆུངས་ན་དེ་འདྲའི་  
 སྒོ་ལྟག་བཅས་དག་བཙམ་པ་རྣམས་ལའང་མེད་པར་བྱེད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་དཔྱོད་  
 ཅིག་དེས་ན་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱར་པ་བདག་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་  
 དེ་ཉིད་མ་ཤེས་པར་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་སྤྱོད་པར་བཤད་པའི་ཐེག་ཆེན་ལ་མི་  
 འཐད་པར་སེམས་ན། ཉན་ཐོས་སྡེ་པས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་འདོད་པ་  
 དེ་ཡང་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བདགས་པ་དོ་པོས་སྤྱོད་པ་མིན་པར་ཕུང་པོ་རྟག་  
 བདག་གིས་སྤྱོད་པ་ཙམ་ལ་འཆད་དགོས་པས་དེ་ལྟར། བདག་མེད་རྟོགས་  
 ཆེ་རྟག་པའི་བདག་སྤངས་ཤིང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ལྟར་རར་འཛིན་ལྟན་  
 སྐྱེས་ཀྱི་ཞེན་ལུལ་དུང་ནས་འབྱེན་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས་ལུང་  
 ག་ཕྱིའི་དོན་དེ་ལྟར་གཅིག་ཏུ་འཆད་པ་ནི་སྒྲ་བའི་དགོངས་པ་མ་མེད་པ་ཡིན་  
 ཅོ། །དེས་ན་ཕུང་པོ་ལ་བདགས་ཙམ་གྱི་བདག་དེ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་  
 ཤེས་པའི་སྤྱོད་ཉིད་འདི་ཙམ་ཉན་རང་ལ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་ཅིང་། དེ་མེད་ན་  
 ཕྱི་རོལ་པའི་ཆགས་བྲལ་བཞིན་དུ་འཁོར་པ་ལས་ཀྱང་ཐར་བར་མི་འགྱུར་ཞེས་  
 བྱུ་ཆེར་བསྐྱབས་པ་དེ་ཁོན་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བ་གལ་ཆེ་སྟེ་རེ་ཞིག་ཅུང་ཟད་  
 བརྗོད་པའོ། །

ཡང་བྲག་དཀར་སྐལ་པའི་སྐྱོ་སྐྱོ་གྲོས་ཅན་གྱི་ཞལ་ནས། འདིར་དེར་སངས་གི་  
 སྤྱོད་ཀྱི་ཀ་པ་ཁ་ཅིག་ནི། ཉམ་མོངས་མེད་ཀྱང་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་འདིར་ཉམ་  
 མོངས་མཛོན་གྱུར་ཅམ་སྤངས་པས་གྲོལ་ན་ཞེས་སྐུར་བ་མི་འཐད་དེ་ཞེས་  
 སྐབས་སྐྱོས་ཏེ་དགག་ཁུལ་བགྱིས་པ་ནི་སུ་ཏོ་པས་རྒྱལ་པོ་ལ་འཐབ་པ་བཞིན་  
 ཏུ་གཞོད་པ་ཡོད་པར་མ་མཐོང་སྟེ། འདིའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡོད་མེད་ཅེས་པ་  
 བྱི་ཡང་མིན་ཕྱི་མ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡོད་མེད་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 ཏེ། འདིར་མི་རྟག་སྐབས་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ཅམ་གྱིས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་  
 མི་གྲོལ་ཚུད་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འདིར་དོན་ལ་མི་གནས་  
 པའི་དག་བཅོམ་མོདླལ་གྱི་བུ་ལྟ་བུ་དང་བསམ་མི་བྱུང་གྱི་འཆི་འཕོ་  
 སྐབས་ལ་སྐུར་ནས་གྲོལ་བ་གཏན་ཏུ་བ་ཡིན་མིན་ཚུད་པ་སྐབས་རང་གིས་  
 རང་ལ་ངལ་བ་མི་དགོས་སོ། །ཕ་རོལ་པོས་མི་རྟག་སྐབས་རྟོགས་པའི་ལམ་  
 ཅམ་གྱིས་གྲོལ་བར་འདོད་པའི་འདོད་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་དེ། ཉམ་མོངས་  
 མཛོན་གྱུར་ཅམ་སྤངས་པས་གྲོལ་བར་མི་འདོད་པར་ཐལ་བ་འཕངས་པ་ལ།  
 ཕ་རོལ་པོས་མཛོན་གྱུར་ཅམ་སྤངས་པས་གྲོལ་བར་མི་འདོད་པས་འབྲེལ་མེད་  
 ཀྱི་ཐལ་བ་ཞེས་རང་གིས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་འགོ་རྩལ་ཟུར་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས་པའི་  
 བང་ཆ་ཤིན་ཏུ་གསལ་པོ་དེ་འདྲ་མི་མཛད་པར་བྱ། རྒྱ་འགྲེལ་ཡིན་ཡང་ཤིང་  
 ཏྲ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལས་ལོགས་སུ་གྱུར་ན་སྤང་བྱའི་གནས་མ་  
 ཡིན་ཏེ་གང་ཟག་ལ་མི་རྟོན་ཆོས་ལ་རྟོན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སྐབས་

གཟེངས་བསྟོད་དེ་རྒྱལ་བ་བྱེད་དོ། །དེའི་ལན་རྩུབ་ཟད་ཅིག་ལྷན་སྐྱེས་གསོན་  
 ཅིག་ ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གྲོལ་ན་ཞེས་པའི་ཐད་འདིར་བྱིད་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་  
 དེར་སྟོན་འཇུག་གཞུང་ཆོག་གི་བབ་དང་མི་འགྲིགས་ཚུལ་མཆོན་ཅོམ་ལས་  
 མ་སྦྱས་ཀྱང་། ད་ལན་རྩུབ་ཟད་སྟོས་ན་སྐབས་འདིར་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་  
 མི་གྲོལ་དབྱུང་པའི་སྐབས་ཡིན་ཡང་དེ་དག་གོང་དུ། གང་བྱིར་ལུང་ལས་  
 སོགས་ཀྱིས་བཤད་ལ། འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་ཀྱང་མཐར་ཐུག་གི་གྲོལ་བ་མིན་  
 པའི་ཚུལ་འཆད་པར་བཞེད་ནས་ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གྲོལ་ན་ཞེས་སོགས་  
 བཀོད་པ་སྟེ། སྤྱིར་སྟོན་ཉིད་མཛོད་གས་པར་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་ཡོད་མེད་  
 དང་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་དེ་ཅོམ་གྲོལ་བ་མཐར་ཐུག་ཡིན་མིན་ཀྱང་དབྱུང་  
 པ་སྐབས་སུ་ཆེས་བབ་པ་ཡིན་ལ། ཅིས་ཀྱང་སྐབས་སུ་མ་བབ་པའི་དོན་མེད་  
 ཀྱི་ངག་ཞིག་ཡིན་ན། གཞུང་འདིར་སྐབས་འདིའི་མཇུག་ཐོག་དེ་མ་ཐག་ཏུ་  
 ཡང་། ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པ་ཡི། །ཐུན་པའི་གཉེན་པོ་སྟོང་བ་ཉིད། །  
 ལྷུང་དུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་འདོད་པས། །དེ་ནི་རི་ལྷོ་རྩེ་མི་བྱེད། །ཅིས་  
 སྟོང་བ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་རྣམ་གྲོལ་མཐར་ཐུག་པའི་ལམ་དུ་གསུངས་  
 པའང་དོན་ལ་མི་གནས་པ་ཡིན་ནམ་དབྱུང་པར་ལྟ། བྱིད་ཀྱི་འདོད་པའང་  
 གལ་ཆེ་བ་ལོས་ཡིན་ཏེ། དེ་བས་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ཉམས་པར་ཡངས་  
 པས་འགའ་ཞིག་ནི་བྱིད་པོ་ནའི་རྗེས་སུ་སྦྱོར་བར་མི་བྱེད་ཀྱང་ཁོ་བར་མི་མཛོད་  
 པར་ལྟ། རྒྱ་འགྲེལ་ཡིན་པ་ཅོམ་གྱིས་ཆད་མར་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན་པའི་

ངེས་པ་མེད་མོད་ཀྱང་། ཤེར་འབྱུང་ལ་སོགས་རྒྱ་གར་གྱི་པཎ་ཆེན་ཡོངས་  
གྲགས་དུ་མའི་གཞུང་ཞལ་འཆམས་ཆེ་ཞི་བ་ལྟ་ནས་བརྒྱད་པའི་བཤད་རྒྱུན་  
མ་ཉམས་པའང་དེ་རྣམས་ལ་ཡོད་དགོས་ཤིང་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱང་བོད་པ་ལ་ལས་  
མི་དམན་ཙམ་བཞུགས་ཆོད་འདྲ་བས་བོད་གྱིས་ངེ་བདེར་འཆད་པ་ལས་དམན་  
དགོས་པ་མིན་པ་འདྲ་སྟམ་ཞིང་ལུགས་དེར་རིགས་པས་གཞོད་པ་ཡོད་མེད་  
ནི་དབྱུད་པར་བྱ་བཞིན་པ་ལགས་སོ། །

དེ་ལ་ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གོལ་ན་ཞེས་པ་འདིར། སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་མི་  
དགོས་ཏེ་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་རྟོགས་པའི་ལམ་གོམས་པས་ཉོན་མོངས་  
ཟད་པར་སྤངས་པས་གོལ་བ་དག་བཙོམ་པའི་འབྲས་སུ་ཐོབ་པོ་ཞེན། ཉོན་  
མོངས་མངོན་གྱུར་ཙམ་རེ་ཤིག་སྤངས་པའི་གང་ཟག་དེའི། མངོན་གྱུར་སྤངས་  
པ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དག་བཙོམ་པ་དེར་འགྱུར་བར་ཐལ། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་  
དྲུག་གི་ལམ་གོམས་པས་ཉོན་མོངས་ཟད་ནས་དག་བཙོམ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
སྤྱོད་པ་འདི་ལ་དབྱུད་ན། མངོན་གྱུར་ཞེས་པའི་བྱུང་པར་དེ་གཏན་ནས་མ་  
སྤྱོད་ན་ནི་སྐབས་གྱི་ཞེ་འདོད་ལ་འབྲེལ་མེད་གྱི་ངག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། སྤྱོད་ཉོན་  
མོངས་སྤངས་པས་གོལ་ན་དེའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་གོལ་བར་འགྱུར་རིགས་ལ། དེ་  
ལྟར་བཙོམ་དག་བཙོམ་ལ་སྤྱོད་ནས་འཆད་རྩལ་ལྟར་མི་བྱེད་ན་དེ་ལྟར་སྤྱོད་  
པས་ཕྱིར་རྟོག་ལ་ཐལ་བ་ཅི་ཡང་མི་འཇུག་གོ། །དེས་ན་མངོན་གྱུར་ཙམ་ཞེས་  
པའི་བྱུང་པར་འདི་གཞུང་གི་ཆོག་ཟིན་ལ་མེད་ཀྱང་དོན་གྱིས་གོ་བའི་དབང་

དུ་བྱས་ནས་དེ་མ་ཐག་པའི་མགོར་གྱུར་བ་ལྟར་ན། ཚིག་ཟེན་ལ་ཉོན་མོངས་  
 ཟད་པར་སྤངས་པས་གྲོལ་བར་འདོད་ན་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་སྤངས་པའི་  
 དེ་མ་ཐག་ཏུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲུས་ཆོ། ཟད་པར་སྤངས་པས་གྲོལ་  
 བར་ཁས་ལེན་པ་ལ་མངོན་གྱུར་སྤངས་པས་གྲོལ་བར་ཐལ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་  
 སྟོན་འཇུག་གཞུང་གི་ཚིག་ལ་དངོས་འགལ་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་སྟོན་ཡོད་པར་  
 བརྟན་པས་འབྲེལ་ཚུལ་ལེགས་སམ་དཔྱོད་ཅིག གལ་ཏེ་མི་རྟག་སོགས་བརྩ་  
 དུག་རྟོགས་པའི་ལམ་གྱིས་གྲོལ་བར་འདོད་པའི་ཁས་ལེན་རྟགས་སུ་འགོད་  
 ཀྱི། ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གྲོལ་ན་ཞེས་པ་རྟགས་སུ་མི་བྱེད་དེ་སྟུམ་ན།  
 མི་རྟག་སོགས་གོམས་པའི་ལམ་གྱིས་གྲོལ་ན་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་ཅམ་  
 སྤངས་དུས་ནས་གྲོལ་བར་ཐལ་ཞེས་ཞེ་འདོད་ལ་ཡོད་བཞིན་དེ་འདྲའི་རྟགས་  
 དང་བྲལ་བ་དངོས་བྱུགས་གང་དུ་འདམ་མི་སྟོན་པར་ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་  
 གྲོལ་ན་ཞེས་སོགས་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ཐལ་བ་བརྗོད་པ་ནི་རྩུམ་པ་པོ་ཚིག་བརྗོད་  
 ཚུལ་ལ་མི་མཁས་པར་འགྱུར་ན་དེ་འདྲའི་བརྗོད་པ་ངན་པ་ཞིབ་ལྟ་ལྟ་བུ་ལ་  
 གལ་མངའ། གོང་དུ་བདེན་པ་མཐོང་བས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་བཞིན་  
 བདེན་བཞི་བརྩམས་པས་གྲོལ་བར་འདོད་པའི་ཁས་ལེན་དེ་འདིར་ཡང་  
 དོན་གྱིས་རྟགས་སུ་གོའོ་སྟུམ་ན། མི་གོ་སྟེ་སྐབས་འདིར་ཉོན་མོངས་སྤངས་  
 པས་གྲོལ་ན་ཞེས་པ་འདི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དེར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་  
 དངོས་སུ་བཀོད་པ་པོར་ནས་དོན་གཞན་ལ་སྟེགས་པར་མི་རིགས་ཏེ་ཚིག་གི་

འབྲེལ་མི་འགྲིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཚིག་གི་སྟངས་ནས་དེ་འདྲའི་དབྱུང་  
 པ་ཞིབ་མོར་བྱེད་པ་པོར་ནས་རགས་པ་ཙམ་དུ་རྟགས་ཚོས་དོན་གསུམ་དེ་ལྟར་  
 བསྒྲིགས་ན་ཡང་། ཕྱིར་ཚོལ་གྱི་ངོར་སྐབས་འདིར་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་  
 གོམས་པའི་ལམ་གྱིས་གོལ་ན། ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་ཙམ་སྐངས་པའི་དེ་  
 མ་ཐག་དུ་གོལ་བར་ཐལ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེའི་བྱབ་པ་ཚད་མ་དང་ཁས་སྐངས་  
 གང་གིས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པས་ན་བྱབ་མེད་གྱི་ལན་འདེབས་རིགས་གྱི། མི་འདོད་  
 བར་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ལ་འདོད་ལན་འདེབས་མཁན་སྟུང་མི་སྲིད་བཞིན་  
 དུ་འདིར་ཕྱིར་ཚོལ་གྱིས་འདོད་ལན་བཏབ་པའི་དབང་དུ་མཛད་དེ། འདོད་  
 མི་རུས་ཏེ། ཉོན་མོངས་མེད་ཀྱང་དེ་དག་ལ། །ལས་གྱི་རུས་པ་མཐོང་བ་ཡིན།།  
 ཞེས་འགོད་པ་འདི་འཐད་དམ་ལེགས་པར་དཔྱོད་ཅིག དེ་ལྟར་མངོན་གྱུར་  
 ཙམ་སྐངས་པས་གོལ་བར་ཐལ་ཞེས་འཕངས་པ་ལ། མངོན་གྱུར་ཙམ་སྐངས་  
 བས་མི་གོལ་བ་ཕྱིར་ཚོལ་བས་ཀྱང་འདོད་བཞིན་དུ་མངོན་གྱུར་ཙམ་སྐངས་  
 དུས་ནས་གོལ་བ་ལ་འདོད་ལན་བཏབ་ནས། དེ་འདྲའི་མངོན་གྱུར་སྐངས་  
 པའི་སྟོང་བ་པོ་དེ་ལ་ཡང་སྲིད་འཕེན་བྱེད་གྱི་སྲིད་པ་ངེས་པར་མེད་ཅེས་སྟུ་  
 བའི་ཕྱིར་ཚོལ་སྟུན་པོ་དེ་འདྲ་ལ་ཞིབ་ལྟས་དགག་པ་མཛད་པར་མི་འོས་སོ། །  
 དེ་མིན་ཏེ་ཕྱིར་ཚོལ་བས་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་གྱིས་གོལ་བར་འདོད་  
 ལན་བཏབ་པའོ་སྟུམ་ན། ཅུ་བའི་དམ་བཅའ་དེ་མ་ཐག་དུ་ཞེས་པ་དེ་མངོན་  
 གྱུར་སྐངས་པ་ལ་མི་སྟོགས་ན་ངེ་ལྟར་སྟུར་དབྱུང་བར་མཛོད་ཅིག ཉིད་གྱི་



ཞལ་ནས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་འགོ་ཚུལ་ཟུར་ཙམ་ཡང་མ་ཤེས་སོ་ཞེས་པའི་སྒྲིན་  
 བརྗོད་འདི་མཐར་སྐྱུ་ལ་ལམོར་ཡོད་གངས་ཙན་པའི་སྒོ་གསལ་བརྒྱུད་མར་  
 བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུ་བོའི་སྒོས་དབྱུད་པར་མཛོད་ཅིག་འདི་སྒྲོར་ཆོག་གི་  
 སྟེང་ནས་ཞིབ་ཆ་བྱས་ན་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་སྒྲ་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་དེར་སང་ནི་ཐམས་ཅད་  
 ཆོག་ལ་འཆེལ་ཡང་ཆོག་ཅུས་ཐུ་མོ་མུང་ཅུས་པའི་སྒོ་གོས་ཙན་དགོན་པའི་ཕྱིར་  
 དང་ཡི་གེ་མང་དོགས་ནས་མ་བྲིས་སོ། སྒྱིར་བདེན་བཞི་མི་རྟག་སོགས་བརྩ་  
 རྟུག་རྟོགས་པའི་ལམ་འདི་ཁོ་ན་ལ་ཐར་བ་མེད་ཅེས་སྒྲུབ་ན། མདོ་ལས།  
 འཕགས་པའི་བདེན་བ་བཞི་པོ་དག་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ལྟ་བུ་བྱེད་པ། སྒྲུབས་  
 དེ་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་སྟེ། ཞེས་སོགས་ལུང་ཚད་མེད་པ་དང་ཚད་མ་གྲུབ་པ་ལས་  
 རི་ལྟར་བསྒྲུབས་པའི་རིགས་པ་སོགས་ལ་འགལ་ཞིང་། ཐལ་འགྱུར་བ་ཁོ་  
 ན་མ་གཏོགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་རང་ལམ་ལ་ཐར་པའི་ལམ་མེད་ཅེས་  
 སྒྲུར་བ་བཏབ་ན། རུས་གསུམ་གྱི་འཕགས་བརྣམས་ཀྱི་ལམ་ལ་སྒྲུར་བ་བཏབ་  
 པའི་ཕྱིར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྩ་པའི་ལྷུང་བ་སོགས་འབྱུང་བ་ལས་འོས་མ་མཆིས་  
 པས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཐུ་མོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བདེན་བཞིའི་ལམ་  
 གྱིས་གོལ་བ་ཡོད་ཀྱི། ཉན་ཐོས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་མཛོན་པའི་ར་རྒྱལ་ཙན་  
 རྣམས་ཀྱིས་བདག་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་སྟོང་ཉིད་རྩ་མ་ཤེས་པར་རགས་  
 པའི་བདག་མེད་གཙོར་གྱུར་བདེན་བཞི་བརྩུ་རྟུག་རྟོགས་པའི་ལམ་དེས་མི་  
 གོལ་ཞེས་བྱུང་འབྱེད་པ་གལ་ཆེད། དེ་ལྟར་མཛོན་གྱུར་ཙམ་ཞེས་པའི་བྱུང་

པར་འདི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཞེས་པའི་དམ་བཅའ་ཁོན་ར་སྐྱར་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཞེས་  
 པའི་སྟོགས་ས་གོང་གི་ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གྲོལ་ན་ཞེས་པ་དེ་ལས་འོས་  
 མེད་པས་དེ་ལའང་མངོན་གྱུར་ཅམ་སྤངས་པས་གྲོལ་ན་ཞེས་པར་དོན་གྱིས་  
 གོ་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་མངོན་གྱུར་ཅམ་སྤངས་པས་ཞེས་མགོན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཞེས་  
 པར་ཡང་མངོན་གྱུར་གྱི་ཁྱད་པར་སྐྱར་མི་རུང་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་  
 དེ་མ་ཐག་ཏུ་གྲོལ་པར་ཞེས་སུ་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་ཟིན་གྱིས་ལས་ཀྱང་། དེའི་  
 ཕྱིར་ལམ་དེས་ཉན་ཐོས་སྟེ་པ་གཉིས་དང་ཐུན་མོང་པའི་ཉོན་མོངས་སུ་བཞག་  
 པ་རྣམས་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ལམ་རྒྱད་ལ་བསྐྱེད་པས་རེ་ཞིག་མངོན་གྱུར་  
 ཏུ་གྱུ་བ་མེད་པའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་ཟད་པས་གྲོལ་བ་ཐོབ་པར་འཛིག་ན། ཉོན་  
 མོངས་མངོན་གྱུར་ཅམ་རེ་ཞིག་སྤངས་པ་དེའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཟག་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཟད་པའི་གྲོལ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རེ་ཞེས་འགོག་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བཤད་དགོས་སོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །མདོར་ན་མངོན་གྱུར་ཅམ་ཞེས་པའི་ཁྱད་  
 པར་དེ་ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་ཞེས་པ་ལ་སྐྱར་ནས་ཁས་སྤངས་ཀྱི་དྲགས་བྱས་  
 བྱའང་མི་བདེ་ལ། དམ་བཅའ་ཁོན་ར་སྐྱར་ན་ཡང་མི་བདེ་བས་ཆོག་འབྲེལ་  
 འགྲིགས་དཀའ་ཞིང་ཞིབ་ཏུ་བསམ་གཤེས་ན་གིན་ཏུ་མི་བདེ་བ་གཤེས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་བས་ཅི་དགར་སྐྱར་རུང་ན། དྲག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་  
 འཛིན་གྱིས་སྤངས་པའི་ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གྲོལ་པར་འགྱུར་ན་དེ་འདྲའི་  
 བདག་འཛིན་སྤངས་པ་དེའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་གྲོལ་པར་ཐལ་ཞེས་དང་། འདོད་

མི་རྒྱུ་ཉེ་དེ་ལ་ཡང་སྤྱིད་འཕེན་བྱེད་གྱི་ལས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་ཡོད་དེ་དེ་  
 འདྲའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་གྱི་སྤྱིད་པ་འདྲི་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་དུ་འཛིན་  
 པའི་བདག་འཛིན་གྱིས་དྲངས་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་མུང་པོ་ལ་བརྟེན་  
 བས་བཏགས་པའི་བདག་ངོ་པོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིག་ལྟས་  
 དྲངས་པའི་སྤྱིད་པ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་དང་། བདག་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་དང་བཅས་  
 པའི་ཚོར་བ་མངོན་གྱུར་པ་ཡོད་པའི་བྱིར་ལྟ་བུ་གྱུར་ན་ཅུང་ཟད་དེ་བདེ་ཡང་  
 གཞུང་རྟོགས་པའི་རྣམ་དཔྱད་ལ་དགོས་པ་དང་ཡ་མཚན་ཅི་ཡང་མི་འདུག་པས་  
 མ་སྦྱོས་སོ། །དོན་བརྒྱུས་ན་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གོམས་པའི་ལམ་གྱིས་  
 མི་གོལ་བར་སྦྱབ་འདོད་ན་དེས་མི་གོལ་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཐོག་མ་ནས་བརྗོད་  
 རིགས་ཀྱི། ཁར་འགོ་བ་ལ་ལྟག་པ་བསྒྲོར་པའི་དཔེ་ལྟར་འབྲེལ་མེད་གཞན་  
 བརྗོད་ནས་རང་གིས་རང་ལ་ངལ་བ་སྦྱབ་པ་འདྲི་འདྲ་བྱེད་མི་དགོས་སོ། །  
 ཡང་བྲག་སྦྱལ་ཞལ་ནས། སྤྱིད་འདི་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་གང་ཟག་རང་རྒྱ་  
 ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་གྱིས་དྲངས་པའི་སྤྱིད་པ་མངོན་  
 གྱུར་པ་མེ་ཞེས་སྤངས་ཀྱང་གང་ཟག་ངོ་པོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིག་  
 ལྟས་དྲངས་པའི་སྤྱིད་པ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་སྦྱར་བ་མི་འཐད་དེ། སྦྱིར་ན་སྦྱེས་བུ་  
 གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་དུས་མཉམ་པའི་བདག་འཛིན་དུ་མས་དྲངས་པའི་སྤྱིད་པ་  
 དུ་མ་ཡོད་པ་འགལ་ཞེས་སོགས་སྦྱས་ཉེ་དགག་ཁུལ་བགྱིས་ཀྱང་། ལ་རོལ་  
 པོས་གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་གྱིས་

གྲངས་པའི་སྟེང་པ་མངོན་གྱུར་པ་རེ་ཞིག་སྤངས་པ་ན་སྟོང་པ་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུན་  
 སྟེང་པ་སྤངས་ཞེས་འདོད་པ་ལ། ད་དུང་དེ་ཙམ་གྱིས་སྟོང་པ་ཉེ་བར་ལེན་བྱེད་  
 གྱི་རྒྱུན་སྟེང་པ་མི་ལྟོག་སྟེ། བྱོང་གྱིས་འདོད་པའི་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་གྱི་སྟེང་  
 པ་འདི་མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་སྟེང་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་། ཤེར་མདོ་  
 ཅས་བཤད་པའི་གང་ཟག་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིག་ལྟ་མ་  
 རིག་པ་ནི་དེ་དག་གིས་མངོན་གྱུར་ཙམ་ཡང་སྤངས་མ་རུས་ལ། དེས་ན་འཛིག་  
 ལྟ་དེ་དག་གིས་གྲངས་པའི་སྟེང་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཞིག་ནི་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་རྟོག་  
 པ་སྟེ་མའི་རྗེས་འབྲེལ་དུ་མཐར་གྱིས་རྟོག་པ་ནི་དོན་གྱི་མཐས་པའི་སྟོལ་ལོ། །  
 དེས་ན་སྟེས་བྲུ་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་དུས་མཉམ་པའི་བདག་འཛིན་དུ་མས་གྲངས་  
 པའི་སྟེང་པ་དུ་མ་ཡོད་པར་འགལ་བ་དང་། ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་གྱི་ནང་ཚན་  
 དུ་གྱུར་པའི་སྟེང་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཡོད་པའི་ཞལ་བཞེས་མི་འདུག་  
 ཅིང་། བ་རོལ་པོས་འདོད་པའི་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ལ་བ་རོལ་པོས་འཛིག་ལྟ་ས་  
 གྲངས་པའི་སྟེང་པ་ཡོད་པར་འདོད་ན་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་ཆེད་དུ་སྒྲུབ་པར་མི་འགྱུར་  
 ཞིང་། ཀུན་མོངས་ཞེས་པའི་ཆོག་གིས་སྟེང་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཞིག་ནི་སྟོན་  
 བྱས་ན་འོས་ཡིན་ཏེ་རྟོག་པ་སྟེ་མའི་འགྲོས་གྱིས་ཤེས་པ་དེའི་སྤྱིར་མཐས་པ་  
 ཆེན་པོའི་གསུང་དོན་འོལ་སྟེ་ཙམ་ཡང་མ་གོ་བར་དོན་མེད་གྱི་ཅ་ཅོ་སྒྲོག་པ་  
 འདི་དག་ནི་འབེན་རྩལ་མ་ཆོད་པར་མདའ་འཕེན་པ་བཞིན་དུ་མཐས་པས་  
 མཐོང་ན་བཞད་གང་གི་གནས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱོང་གྱི་འདོད་པ་ལལ་ཆེར་ལོག་

རྟོག་གི་སྒྲིག་ཏུ་འདུག་པས་རེ་རེ་ནས་དགག་པ་བསྐྱིད་དུ་མི་ལོངས་ཀྱང་སྒྲིག་པས་  
 སྒྲིག་ནས་པ་འགའ་ཞིག་ལུང་རིགས་བྱུང་དུས་དགག་པར་བྱ་ལ། ཞེས་བརྗོད་  
 པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ཁོ་བོས་ཀྱང་ལན་ཅུང་ཟད་ཅམ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། སྦྱོང་  
 འཇུག་གཞུང་གི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཆོག་འདི་ལ། ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་  
 སྟེང་བ་ཡོད་པ་དམ་བཅའ། ཆོར་བ་སྐྱབ་བྱེད། ཀྱུན་མོངས་དཔེར་བྱས་པར་  
 ཟད་ལ། དེར་སྟེང་པ་ལ་རྒྱ་བདག་འཛིན་གཉིས་པོས་བྱངས་པའི་བྱུང་པར་དང་  
 ཆོར་བ་ལ་བདེན་འཛིན་ནམ་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་བྱུང་པར་  
 སྦྱར་དགོས་པ་འདི་གཞུང་རྩོམ་པ་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་ན་དངོས་སྒྲིག་པས་ལ་  
 བར་སྦྱར་རིགས་ཤིང་། ཆོག་ཀྱང་འདི་ལྟར་རྩོམ་པར་མི་རིགས་ཏེ་ཞེ་འདོད་  
 ལ་ཡོད་པ་ཁན་ས་མ་འབྱོལ་བ་ལྟ་བུ་དང་། རིགས་པའི་གནད་སྟོར་ནས་དོན་  
 མེད་རྒྱུད་སྒྲོར་གྱི་རག་རང་གིས་རང་ལ་རལ་བ་སྦྱེད་པ་དེ་འབྲ་བདག་ཉིད་ཆེན་  
 པོ་ཞི་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་མང་འཕྲེ། སྦྱར་མཁས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་  
 གྱིག་སྦྱང་གི་དོན་འོལ་སྦྱི་ཅམ་རྟོགས་ན་ཡང་། རིགས་པ་རྣེ་ལ་ཆོད་ཆེ་བ་བརྟག་  
 བདེ་བ་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པས་ཡིད་དགའ་བ་སྦྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་གྱི་ནག་འོག་  
 དབྱེ་བས་ལ་དགའ་བ་ཅན་མིན་པར་ངེས་ཅུས་སོ། །དེ་ཡང་གོང་གི་རྩོད་པའི་  
 འགོས་ན་འདིར་བྱུང་པར་སྦྱར་རྒྱུ་དེ་རྣམས་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཅུས་པ་གང་  
 ཡང་མི་སྣང་སྟེ། གོང་གི་རྩོད་པ་དེ་དག་གི་རིགས་པའི་གནད་ཆོག་འདི་ལ་མར་  
 གཞུགས་ནས་ཤེས་དགོས་ཤིང་འདིས་ཀྱང་གོང་རྣམས་ཤེས་དགོས་ན་འདི་

རང་ལའང་བྱད་པར་དེ་ཅུམས་དངོས་སུ་མེད་པར་མ་ཟད་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་དབང་  
གིས་བྱེད་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་དེ་དང་འདིར་ཡང་མི་འགྲིགས་པར་མཐོང་ངོ་། ། ཇི་  
ལྟར་ན་སྤྱོད་འདི་ཞེས་པ་དེ་རེ་ཞིག་ཉར་ལེན་སྤྱོད་པ་ནི་མེད་ཅེས་གོང་ན་བཤད་  
མ་ཐག་པ་དེ་ལ་ལན་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་པས་ན། བྱེད་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྟར་ཡིན་  
ན་ནི་བ་ལྟའི་རང་ལུགས་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་བརྗོད་པ་དོན་མེད་  
དེ། ཡ་རོལ་གྱིས་གྲོལ་བར་འདོད་པའི་གང་ཟག་དེ་འདྲའི་རྒྱད་ལ་ཡང་སྤྱོད་  
ཉར་ལེན་གྱི་སྤྱོད་པ་ཡོད་དེ་གང་ཟག་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་  
འཛིག་ལྟ་ལྟན་སྤྱིས་མ་སྤངས་པས་དེས་དྲངས་པའི་སྤྱོད་པ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་  
གསུངས་རིགས་པ་ལ། དེ་ལྟར་མ་གསུངས་པར་བྱིར་གྲོལ་བས་ཡང་སྤྱོད་ཉར་  
ལེན་གྱི་སྤྱོད་པ་མེད་པར་ངེས་ཞེས་སྤྱིས་པ་ལ་སྤྱོད་པ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤྱོད་  
པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མེད་པ་གཞིར་བཞག་མཛད་ནས་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་  
ཞེས་སོགས་ལན་གསུངས་པས་ཤེས་ལ། དེ་ནི་བྱིར་གྲོལ་བའི་ངོར་ཀུན་རྣམས་  
ལ་དབེར་བྱས་ནས་སྤྱོད་པ་ལའང་གཉིས་སུ་ཡོད་པར་བསྐྱབས་སོ་སྟུམ་ན་ཡ་  
རོལ་པའི་ངོར་སྤྱོད་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་པར་གྲུབ་ཏུ་  
རྒྱལ་གྱང་དེས་རང་གི་ཞེ་འདོད་ལ་ཅི་ཡང་མི་ཐན་ལ། ཞེ་འདོད་ལ་ཡོད་རྒྱ་  
ནི་བདག་འཛིན་གཉིས་པོས་དྲངས་པའི་སྤྱོད་པ་ཡོད་མེད་ཡིན་ན་དེ་ནི་གཞུང་  
ཆོག་གིས་མི་སྟོན་ཏེ། ལམ་ར་རྩའི་འཛིག་ལྟ་ལྟན་སྤྱིས་གྱིས་དྲངས་པའི་སྤྱོད་  
པ་ལ་མཛོན་པའམ་ཤེར་མདོ་སུའི་ལུགས་ལའང་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་མེད་

ལ། དེ་འདྲའི་བདག་འཛིན་གྱིས་དྲངས་པའི་སྟེང་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡང་སྟོན་  
 འཕེན་རྒྱས་ཡོད་པར་བསྒྲུབ་འདོད་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་བརྗོད་  
 མི་རིགས་ཏེ་འཁོར་བའི་ཡང་སྟེང་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྟེང་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་  
 གྱིས་བྱུང་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་མ་ཡིན་ཏེ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་པ་གང་  
 ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྒྱས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་གྱིས་དྲངས་པའི་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་། གང་ཟག་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་  
 འཛིན་ལྟས་དྲངས་པའི་སྟེང་པ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་འབྲུག་ཅོན་ཅོ་སྟུང་ན། ཅ་པའི་  
 ཚིག་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་པ་དང་ཀྱུན་མོངས་བཞིན་དུ་ཞེས་སྟོས་  
 པས་སྦྱར་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་སྟེང་པ་ཡོད་པར་གོ་རྒྱས་གྱི་སྒྲུབས་གྱི་ཞེ་  
 འདོད་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་གོ་སྟེ། ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་པའི་ཚིག་གོང་གི་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་པ་ལ་འབྲེལ་ནས་དོན་སྟོན་དགོས་པ་ལ། དེ་  
 ཡང་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་སྟེང་པ་འདི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་  
 དམིགས་བསལ་ནས་དེའི་དབེར་ཀྱུན་མོངས་བཞིན་དེ་དེ་ནས་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་  
 བརྗོད་ན་སྟེང་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཞིག་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་ངེས་པར་གོ་རྒྱས་  
 གྱི། དངོས་སྒྲུབ་ཁྱེད་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་སྟེང་པ་འདི་  
 ཞེས་དབྱུང་གཞིར་བྱས་ནས། དེ་ལ་ཡོད་རྒྱུ་དང་མེད་རྒྱུ་ཞེ་འདོད་ཀྱི་སྟེང་པ་  
 གཉིས་པོ་དང་སྦྱར་ནས་འགྲེལ་ན། མེད་རྒྱུ་ནི་བདག་འཛིན་སྒྲུ་མས་དྲངས་  
 པའི་སྟེང་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མཛོན་གྱུར་ལ་བཤད་དགོས་པ། དེ་ལྟར་ཉོན་

མོངས་ཅན་ཞེས་པ་ཙམ་བརྗོད་པ་དོན་མེད་དེ། གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་  
རྣམ་ཡིད་དུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་གྱིས་དངས་པའི་སྟེད་པ་མིན་པ་དང་།  
ཉོན་མོངས་ཅན་ཡང་ཡིན་པའི་སྟེད་པ་གཞན་ཡིད་པའི་ཕྱིར། བྱེ་བྲག་བརྗོད་  
པ་ལ་སྟེ་བརྗོད་པ་ནི་འབྲུལ་ཏེ་ལྷས་བྱིན་མེད་པར་བརྗོད་འདོད་པས་མི་མེད་  
ཅས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་དགག་སྐྱ་སྐྱར་ཚུལ་ཀྱང་མི་འཐད་དེ། ཉོན་  
མོངས་ཅན་མེད་ཀྱང་ཞེས་བརྗོད་དེགས་པ་ལ་མིན་ཡང་ཞེས་བརྗོད་པ་དོན་  
མེད་དོ། །ཡིད་པ་མིན་ཡང་ཞེས་འབྲུ་བསྐྱར་ཏེ་བཤད་དོ་སྐྱམ་ན་ཅི་དགའ་ཅི་  
དགར་བསྐྱར་ཡང་འགྲིགས་དགའ་བའི་རང་བཟོའི་རལ་བ་དང་དུ་སྤངས་པས་  
ཅི་ཞིག་བྱ། ཡང་མེད་རྒྱ་ནི་བདག་འཛིན་བྱི་མས་དངས་པའི་སྟེད་པ་ལ་བཤད་  
དགོས་ན་ཅི་སྟེ་མེད་ཅས་དྲི་ཚིག་ཙམ་ཞིག་གི་རང་གི་རྣམ་པས་དེ་སྟོན་མི་རྣམ་  
ལ། གོང་གི་ཚིག་གི་ཤུགས་ལས་ཀྱང་མི་ངེས་ཏེ། ཞེ་འདོད་ཀྱི་མེད་པར་བཤད་  
རྒྱ་དེ་འདྲ་མེད་ཀྱང་ཞེ་འདོད་ཀྱི་ཡིད་པར་བཤད་རྒྱའི་སྟེད་པ་དེ་འདྲ་ཡིད་ངེས་  
སུ་གོ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྟེད་པ་དང་པོ་མངོན་གྱུར་  
བའང་མེད་ལ་སྟེ་མ་ཡང་མེད་པ་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཅི་སྟེ་མེད་པ་  
ཅི་ལ་སྟེགས་ཚིག་ཟེན་ལ་མི་གསལ་བའི་ཚིག་འབུམས་པོར་འགྱུར་ཞིང་། ཚོར་  
བ་ཙམ་གྱི་གཏན་ཚིགས་ཀྱང་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་རྣམ་པ་མེད་པར་སོང་  
བས་ན་བྱུང་པར་དུ་མ་མངོན་གསེས་ཀྱིས་བཙལ་ནས་སྐྱར་དགོས་པའི་གཞུང་  
དུ་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་བྱུང་འདོད་པའི་དག་བཙམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེད་པ་



འདི་མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཀུན་མོངས་  
 བཞིན་དུ་སྟོན་པ་ལའང་མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་  
 མིན་གཉིས་སུ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་འབྲུག་ཉེར་ཏེ་བཤད་ན་དེ་ཙམ་ཞིག་གཞུང་གི་  
 བརྟན་དོན་དུ་འགྱུར་གྱི། ཡང་ཆོག་དེས་འཆད་ཚུལ་གཞན་ལྟར་བྱས་ནས་ཞེ་  
 འདོད་ཀྱི་སྟོན་པ་གཉིས་པོ་ཇི་ལྟར་བརྟན་པར་འགྱུར་ཏེ། སྟོན་པ་ལ་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གཉིས་པ་ལོལ་གྱི་དོར་གྲུབ་ཀྱང་དེས་སྐབས་ཀྱི་རང་གི་  
 ཞེ་འདོད་འཁོར་བའི་ཡང་སྟོན་པ་ལོལ་སྟོན་པ་དེ་འགྲུབ་པ་ལ་ཅི་ཡང་མི་  
 བཞན་པས་ངལ་བ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། །སྦྱིར་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་ཀྱི་བདག་  
 མེད་པར་རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་ཆེ་བདག་དེ་སྤང་པོ་ལ་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་  
 དོ་བོས་མ་གྲུབ་པར་ཡང་རྟོགས་ལུས་པར་མཐས་པ་གཞན་གྱིས་བཞེད་དོ། །  
 གོ་བཤད་དེ་འདྲའི་དབྱུད་པ་ཞིབ་ཏུ་སྒྲོས་ན་ཆེས་མང་ཡང་ཕྱོགས་མཚོན་ཙམ་  
 ལས་མ་སྒྲུབ་སོ། །གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་བདག་  
 འཛིན་ལྟན་སྟེས་ཀྱང་ཡོད་པར་ཁྱེད་ཀྱི་གཞུང་ལས་གསུངས་ལ། གཞན་པ་ལ་  
 མོ་ཆེས་གང་ཟག་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིན་ལྟན་ལྟན་སྟེས་  
 ཡིན་ལ་དེ་ལས་གཞན་ཀུན་བརྟགས་སུ་བཤད་པ་གང་ལྟར་ཡང་སྟེས་བུ་གཅིག་  
 གི་རྒྱུད་ཀྱི་ལས་བསྟགས་པའི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་དམིགས་ནས་མི་འདྲ་བ་མེད་  
 བར་བདག་འཛིན་ལྟན་སྟེས་གཅིག་བྱས་དངས་ནས་ང་བདེ་བར་བྱའོ་སྟེ་པ་  
 ཙམ་གྱིས་འཇུག་སྟེ། ཉག་པ་དང་རང་རྒྱ་ཐུབ་པ་སྟགས་ཀྱི་ཁྱུང་པར་སྦྱར་ནས་

དེ་འདྲའི་བདག་བདེ་བར་བྱའོ་སོགས་སྐྱམ་ནས་མི་འཇུག་པ་ནི། གང་དག་དུང་  
འགོར་བསྐལ་མང་བསྐལ་གྱུར་པ། དེས་ཀྱང་མ་སྐྱེས་ཏྲག་འདི་མ་མཐོང་ལ། །  
ངར་འཛིན་དེ་དག་ལ་ཡང་འཇུག་མཐོང་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་ཚུལ་  
འདྲའོ། །འདིར་གནད་མི་འགལ་བར་ཆོག་གི་འགྲེལ་བ་ཙམ་ལུགས་སོ་སོས་  
ཇི་ལྟར་མཛད་ཀྱང་ཅུང་ཟད་རེ་ལ་ནམ་ཏམ་ཆེན་པོས་བརྟག་པ་དང་དེ་ལ་ལན་  
གྱི་བྱད་བར་མ་བྱས་ཀྱང་གཞོད་པ་མེད་མོད། ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གྲོལ་  
ན་ཞེས་བ་ནས། ཆོར་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་ཡོད་ཅིས་པའི་བར་འདིས་མདོ་སྟེ་བསྐྱ་  
དཀར་པོ་སོགས་གྱི་དཔོངས་དོན་མཐར་ཐུག་ཐེག་གཅིག་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་གྲུ་  
སྐྱབ་ཡབ་སྐས་གྱིས་རིགས་པའི་ལམ་ནས་བསྐྱབས་ཤིང་། ཇི་ལྟར་ན་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཁོ་ནའི་སྒོ་ནས་བསྐྱབས་ཏེ། འཇུག་པ་ལས།  
གང་ཐུར་འདི་ན་དེ་ཉིད་ཤེས་ལས་ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྟན་པ་ལྟར་གཞུང་  
འདིར་ཡང་སྐབས་འདིས་དེ་སྟོན་བར་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔལ་ཐེངས་གི་  
སྒྲའི་མདོ་ལས། བཙམ་ལྟན་འདས་དེ་ལྟ་ལགས་པས་དགྲ་བཙམ་པ་རྣམས་  
དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱང་སྐྱེ་བའི་ཆོས་གྱི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་ལགས་  
ཏེ། བཙམ་ལྟན་འདས་དེ་དག་གི་སྐྱེ་བ་བས་བའང་མ་མཆིས་སོ་ཞེས་དང་།  
བཙམ་ལྟན་འདས་འཆི་འཕོ་ནི་འདི་གཉིས་ལགས་ཏེ། གཉིས་གང་ཞེན་རྒྱན་  
ཆད་པའི་འཆི་འཕོ་དང་ཡོངས་སུ་བསྐྱོས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་འཆི་འཕོ་  
ལགས་སོ། །བཙམ་ལྟན་འདས་དེ་ལ་རྒྱན་ཆད་པའི་འཆི་འཕོ་ནི་འཇམ་མས་

སྒྱུར་བ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལགས་སོ། །བཙམ་ལྡན་འདས་  
ཡོངས་སུ་བསྐྱོད་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་འཆི་འཕོ་ནི་དག་བཙམ་བ་རྣམས་  
དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དབང་ཐོབ་  
པ་དང་ཡིད་ཀྱི་ལུས་རྣམས་ལགས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྲིང་པོ་ལ་བྱུག་གི་བར་དུ་  
ལགས་པས་སོ། །ཞེས་དང་། དེ་ལ་འཆི་འཕོ་དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
བདག་གི་སྤྱི་བ་ཟད་དོ་སྒྲུལ་དུ་དག་བཙམ་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཤེས་པ་  
འབྱུང་བ་ཞེས་སོགས་དང་། བཙམ་ལྡན་འདས་ཉིན་མོངས་པ་དག་ནི་རྣམ་པ་  
གཉིས་ཏེ་གནས་ཀྱི་སའི་ཉིན་མོངས་པ་རྣམས་དང་ཀུན་ནས་ལྡང་བའི་ཉིན་  
མོངས་པ་རྣམས་སོ། །གནས་ཀྱི་ས་ཡང་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ་ལྟ་བ་གཅིག་ལ་གནས་  
པའི་ས་སོགས་བཞི་གསུངས། ཡང་འདི་བཞིའི་ནང་ན་མ་རིག་པའི་གནས་  
ཀྱི་ས་ནི་སྟོབས་ཆེ་སྟེ། དེ་ཉིན་རང་གི་ཤེས་པས་མི་བརྗེ་ལ་དེ་བཞིན་གསེགས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཞོམ་པར་བྱ་བ་ཞེས་དང་། བཙམ་ལྡན་འདས་  
མ་རིག་པའི་གནས་ཀྱི་ས་ནི་སྟོབས་ཆེ་བ་ལགས་སོ། །བཙམ་ལྡན་འདས་  
དཔེར་ན་ལེན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་  
སྤྲིང་བ་གསུམ་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། བཙམ་ལྡན་འདས་མ་རིག་པའི་གནས་  
ཀྱི་སའི་རྒྱུན་གྱིས་ཟག་པ་མ་མཆིས་པའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་དག་བཙམ་  
བ་རྣམས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དབང་ཐོབ་  
པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་ལུས་གསུམ་འབྱུང་སྟེ། ཞེས་སོགས་དང་། བཙམ་ལྡན་

འདས་བཟང་ངན་རབ་རྒྱ་འབྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་དག་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་  
ཐོབ་པ་མ་ལགས་ཀྱི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཡེ་ཤེས་མཉམ་པ་དག་གིས་མྱ་ངན་  
ལས་འདས་པ་ཐོབ་ལགས་སོ་ཞེས་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་གྲོལ་བ་དང་  
ཡེ་ཤེས་མཉམ་པ་གཅིག་པུ་མྱ་ངན་ཡིན་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྤངས་རྟོགས་མཐར་  
ཕྱིན་ཉན་རང་ལ་མེད་པས་མཐར་ཐུག་གི་རྣམ་གྲོལ་མིན་པ་དང་། རྟོབས་དང་  
མི་འཛིགས་པ་སོགས་ལ་སྐྱིབ་པའི་ཉེ་བའི་ཉན་མོངས་པ་གསྐྱའི་རྒྱུད་གི་བྱེ་མ་  
སྟོང་དག་མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་དེ་སྤངས་ན་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པའི་སེང་གའི་སྒྲ་སྒྲོག་པར་གསུངས་ཤིང་། མཐར་ཐུག་ཐེག་  
གཅིག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུར་གྲོལ་བ་རིགས་གཅིག་ལས་མེད་པ་དང་། འཕགས་པའི་  
བདེན་དོན་ཟབ་མོ་བདེ་གསེགས་སྟིང་པོ་རྟོགས་པ་ལས་མཐར་ཐུག་གི་གྲོལ་  
བ་འབྱུང་ཡང་དེ་ཉན་རང་གི་སྦྱོད་ཡུལ་མིན་ཞིང་། སྐྱག་བསྐྱལ་འཕོག་པའི་  
བདེན་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཉན་རང་གི་ཤེས་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་མིན་  
པ་དཔུས་ཡོང་གིས་ཉེ་མ་བལྟ་མི་རུས་པའི་དཔེས་གསུངས་སོ། །ཚུལ་དེ་དང་  
མཚུངས་པར་འཇུག་པ་རང་འགྲེལ་དུ་མཐར་ཐུག་ཐེག་གཅིག་སྐྱབ་པའི་སྐབས་  
སྒྲ་མདོ་བྱངས་ཏེ། འོད་སྤྱང་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ན་མྱ་ངན་  
ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་གཅིག་ཡིན་གྱི་གཉིས་དང་གསུམ་དུ་ནི་མ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་དང་། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། སངས་རྒྱལ་མྱ་ངན་འདས་པ་ནི། །དམ་པའི་  
དོན་དུ་གཉིས་མེད་ཉིད། །ཅིས་དང་། དེས་ན་སངས་རྒྱལ་མ་ཐོབ་པར། །མྱ་

ངན་འདས་པ་མི་ཐོབ་སྟེ། འོད་དང་འོད་ཟེར་སྤངས་ནས་ནི། ཉི་མ་བལྟ་བར་  
 མི་རྣམས་བཞིན། ཞེས་སོགས་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་  
 པ་བྱི་མ་མེད་པ་ལྟར་མཐའ་ཀྱན་གྱིས་སྟོང་པའི་རྣམ་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་  
 མཉམ་པ་ཉིད་རྟོགས་པས་འཆང་བྱ་ཞིང་། དེ་མ་རྟོགས་ན་མཐར་ཐུག་གི་མུང་  
 འདས་མི་ཐོབ་པའི་ཚུལ་བྱ་ཆེར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་གཞུང་འདིར་ཡང་བསྟན་  
 པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དོན་གནད་བྱུང་བར་ཅན་ཡིན་པས་སྟོགས་མའི་དུས་  
 འདིར་ཡང་རང་རྣམ་གང་ཡོད་གྱིས་སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་ལ་པངས་པའི་སེམས་  
 སྒྲུབ་སྤྱོད་ནས་དེའི་དོན་རྩུང་ཟད་གསལ་བར་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་ཐུགས་མི་  
 གཞོད་པར་ཁུལ། ཡང་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་ལགས་ཀྱི་ཞལ་ནས། དེ་ཡང་ཁྱེད་གྱིས་  
 ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ནི་སྟོངས་པ་སྒྱུ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ནི་དེའི་  
 བྱེད་བྱ་སྟེ། ཤིང་དང་པ་ལ་ཤ་བཞིན་ནོ་ཞེས་དང་། ཉན་རང་དག་བཅོམ་པས་  
 ཐུང་སོགས་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་གི་སྟེང་གི་སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་ཞེས་དང་། དེས་  
 རྟོགས་པའི་སྟོང་ཉིད་སྟོང་ཉིད་ཉི་ཆོ་བ་ཡིན་ཞེས་དང་། བྱང་སེམས་རྣམས་  
 ཀྱིས་སྤང་བྱ་སྟོང་ཚུལ་ཡང་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་དུ་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱན་བཀྲགས་  
 ཀྱི་ཆ་སྟོང་ལ། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྒྲིབ་གཉིས་མཉམ་བར་སྤངས་ནས་ས་  
 བརྒྱད་པ་ནས་ཉོན་མོངས་མེད་ཀྱང་དེ་པོ་ཆད་དུ་ཤེས་སྒྲིབ་འབའ་ཞིག་སྟོང་  
 བར་འདོད་ནས་བོད་གྱི་ཞེ་འདོད་དང་མི་བསྐྱེད་ཞེས་སྒྲུས་ཀྱང་སྟོང་པོ་ཡོད་པར་  
 མ་མཐོང་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་སྟོང་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན་ཤེས་

སྒྲིབ་སྤྲོད་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་  
ན་ཉན་རང་དག་བཅོམ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་ཐལ། དེ་དག་གིས་ཉན་  
མོངས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་སྤངས་པའི་བྱིར་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཉན་མོངས་  
པ་མཐའ་དག་སྤངས་པའི་བྱིར་ཏེ། ལྷགས་འདིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་བདེན་  
འཛིན་གང་ཞིག་ཉན་སྒྲིབ་ཏུ་བཞེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས། འདི་ལ་  
ལན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བོད་གི་ཐལ་བ་དེ་ལ་བོད་སྤྱ་རབས་པའི་ལྷགས་  
འཛིན་བདག་གིས་འདོད་ལན་དོན་མཐུན་ཐེབས་པའི་བྱིར་ཏེ། དེ་དག་གི་  
ལྷགས་ལ་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་མཐའ་དག་སྤངས་  
པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པ་རྣམས་  
སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་ཐལ། དེ་དག་གིས་ཉན་མོངས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་  
སྤངས་པའི་བྱིར་ཏེ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ལྷགས་འདིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་  
ཉན་སྒྲིབ་ཏུ་བཞེད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་འཕེན་པ་འདི་ནི་འཕེན་ཅུད་མ་ཆོད་པའི་  
མདའ་འཕེན་པ་དང་དངོས་སུ་འདྲ་བར་ཟད་དེ། བོད་སྤྱ་རབས་པའི་ལྷགས་  
ཀྱི་དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱིས་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལྷགས་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
བདེན་འཛིན་ཉན་སྒྲིབ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཞལ་བ་ཞེས་ཡོད་ན་དེ་འདྲའི་ཐལ་བ་འཕེན་  
རིགས་ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཐལ་འགྱུར་སྒྲུབ་སྤྱ་རབས་པའི་ལྷགས་ལ་བདག་འཛིན་  
གཉིས་སུ་བྱེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ནམ་བདེན་འཛིན་ཡིན་ཆད་སྒྲིབ་གཉིས་  
ཀྱི་རྒྱས་བྱེད་པའི་ཉན་སྒྲིབ་འབའ་ཞིག་ཏུ་གཏན་ནས་མི་འདོད་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ལ་སྟན་འབྱེན་སྒྲུབ་པོ་ན་རེ། དེ་ཅིས་ཀྱང་འདོད་དགོས་ཏེ་རིགས་པ་དང་  
 ལུང་གིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཟེར་ན། རིགས་པས་མ་གྲུབ་ཚུལ་འོག་ཏུ་འཆད་  
 བར་འགྱུར་ལ། འདིར་པ་རོལ་གྱིས་སྒྲུབ་བྱེད་ཏུ་འདོད་པའི་ལུང་གི་ཕྱོགས་  
 ལ་བརྟག་པ་ཅུང་ཟད་བྱ་ན། སྒྲོབ་དཔོན་སངས་རྒྱལ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱིས། མེས་ས་  
 ཅན་སྟལ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཉེན་པ་གཟིགས་ནས་དེ་གྲོལ་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཡང་  
 དག་པར་སྟོན་པའི་སྒྲུབ་ཏུ་ཅུ་ཤེས་བརྩམས་སོ་ཞེས་དང་། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཏུ་རྟོག་པས་ཆགས་སྒྲུབ་བྱེད་པ་དང་ཉིད་མེད་པར་ཆགས་སྒྲུབ་མི་སྒྲུབ་པར་གསུངས་  
 པ་བསལ་ཞིང་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་ཆགས་སྒྲུབ་མི་སྒྲུབ་པར་གསུངས་  
 པ་དང་། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། སྤྱིད་པའི་ས་པོན་རྣམ་ཤེས་ཏེ། །ཡུལ་རྣམས་དེ་  
 ཡི་སྒྲོད་ཡུལ་ལོ། །ཡུལ་ལ་བདག་མེད་མཐོང་ན་ནི། །སྤྱིད་པའི་ས་པོན་  
 འགགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། བརྒྱ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་ཤེས་དངོས་པོའི་  
 ངོ་བོ་ལྟག་པར་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མི་ཤེས་པའི་  
 དབང་གིས་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྟན་ཞིང་འཁོར་བར་འཇུག་  
 པའི་ས་པོན་ཏུ་གྱུར་པ་འགགས་པས་འཁོར་བ་ལྟག་ཅིས་དང་། འཇུག་འགྲེལ་  
 ལས། མ་རིག་པ་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མེད་པ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་ཅིང་རང་  
 བཞིན་མཐོང་བ་ལ་སྒྲིབ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་ཀུན་རྫོབ་པོ་ཞེས་དང་། དེ་  
 ལྟར་སྤྱིད་པའི་ཡན་ལག་གིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མ་  
 རིག་པའི་དབང་གིས་ཀུན་རྫོབ་པ་དེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་གོ་ཞེས་དང་། རིགས་

བ་དྲུག་རྩ་བ་ལས། དངོས་པོར་ཁས་ལེན་ཡོད་ན་ནི། །འདོད་ཆགས་ཞེས་དང་  
 འབྱུང་བ་ཡི། །ལྟ་བ་མི་བཟད་མ་རུངས་འབྱུང་། །དེ་ལས་བྱུང་བའི་རྩོད་བར་  
 འབྱུང་། །དེ་ནི་ལྟ་བ་ཀུན་གྱི་རྒྱ། །དེ་མེད་ཉོན་མོངས་མི་སྦྱེ་སྦྱེ། །དེ་སྦྱིར་དེ་  
 བྱི་ཡོངས་ཤེས་ན། །ལྟ་དང་ཉོན་མོངས་ཡོངས་སུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ལུང་འདི་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་ལ་བདེན་བར་ཞེན་བ་དེ་ལ་ཁོར་བའི་རྩ་བར་  
 བསྟན་བ་དང་། དེ་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་བསྟན་བ་དང་། དེ་ལས་ཆགས་སྣང་  
 སོགས་སྦྱེ་བ་དང་། རྟེན་འབྱུང་གི་དེ་ཉིད་ཤེས་པས་དེ་སྦྱོང་བར་གསུངས་པས་  
 བ་བདེན་འཛིན་ཉོན་སྦྱིབ་དུ་བཞེད་བ་ཡིན་ཅོ་ཞེན། སྦྱིར་དངོས་པོ་ལ་བདེན་  
 བར་ཞེན་པའི་སྦྱོངས་པ་ལས་འཁོར་བ་འབྱུང་བ་དང་། སྦྱོངས་པ་དེ་ལ་ཉོན་  
 མོངས་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། མ་རིག་བ་ལས་ཆགས་པ་སོགས་འབྱུང་བ་དང་།  
 རྟེན་འབྱུང་དང་དེ་ཁོན་ཉིད་ཤེས་པས་དེ་ལྟོག་བ་ཅམ་ནི་སངས་རྒྱས་བ་སྦྱིའི་  
 ལུགས་ལ་གྲུབ་པས་སྦྱིར་དེ་ཅམ་ཞིག་སྟོན་པའི་ལུང་དེས་བདེན་འཛིན་དེ་ཉོན་  
 ཤེས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱས་བྱེ་བའི་ཉོན་སྦྱིབ་ཁོན་སྟོན་བར་མི་འགྲུབ་སྟེ། སྦྱོབ་དཔོན་  
 གྱི་ཞལ་ནས། སྦྱིར་བཏང་བ་ལ་དམིགས་ཀྱིས་བསལ། །བསྟན་བཅོས་ཀུན་  
 ལ་རབ་དུ་གཅེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དངོས་པོའི་དེ་ཉིད་མི་ཤེས་པ་ལས་  
 ཆགས་སོགས་སྦྱེས་ནས་རི་ལྟར་འཁོར་བར་འཇུག་སྟམ་ན། ཉོན་མོངས་སྦྱོན་  
 རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་ཚོགས་ལ། །ལྟ་ལས་བྱུང་བར་སྒྲོ་ཡིས་མཐོང་བྱུར་ནས།  
 །ཞེས་སོགས་འཛིག་ལྟ་ལྟར་སྦྱེས་འཁོར་རྩ་དང་ཉོན་མོངས་པའི་རྩ་བར་གཞུང་



འདི་རྣམས་སུ་ཡང་ཡང་འབྱུང་བས་ཤེས་སོ། །མ་དུག་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
གནས་ལུགས་སྒྲེ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་བསྐྱིབས་ནས་སྒྲེ་སོགས་ལྟར་སྒྲུང་  
བ་ཀྱན་རྫོབ་དང་། དེ་སྒྲུའི་དོར་བདེན་ན་སྤྱིད་པའི་ཡན་ལག་གིས་ཡོངས་སུ་  
བསྐྱུས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་མ་དུག་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་མྱོངས་པ་དེའི་དབང་གིས་  
བདེན་པར་སྒྲུང་དོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྒྲུང་ཡང་བདེན་པར་མི་འཛིན་པ་རྣམས་  
ལ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཅམ་དུ་སྒྲུང་གི་བདེན་པར་མི་སྒྲུང་སྟེ། བཅོས་མར་གྱུར་པའི་  
དངོས་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་འོ། །ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཤེས་སོ། །ཡང་སྒྲུང་  
ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས། ཟུ་དང་རྒྱུན་ལས་སྒྲིས་དངོས་རྣམས། ཡང་དག་པར་  
ནི་རྟོག་པ་གང་། །དེ་ནི་སྟོན་པས་མ་དུག་གསུངས། །དེ་ལས་ཡན་ལག་བཅུ་  
གཉིས་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པས་བདེན་འཛིན་ལམོར་བའི་རྩ་བར་དངོས་  
སྒྲུ་མ་བསྟན་ནམ་སྟུ་མ་ན། བོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དངོས་པོ་བདེན་འཛིན་གྱི་  
མ་དུག་པ་ལས་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་རྩ་བ་ཤེས་  
རབ་ལས། མ་དུག་སྐྱིབ་པས་ཡང་སྤྱིད་སྤྱིར། །འདུ་བྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་  
དག །ཅིས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ལ། དེ་ཡང་མ་དུག་པའི་བྱེ་བྲག་གམ་དེ་  
དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ལྟ་བ་སྟེ་བཤམ་བདག་ཏུ་མྱོངས་པ་ལས་ལམོར་བའི་  
རྟེན་འབྲེལ་འགྲུབ་པ་ཡིན་པར་ནི། རྩ་ཤེའི་རབ་བྱེད་བཅོ་བརྒྱད་པ་ལས།  
ནང་དང་སྤྱིར་རོལ་ཉིད་དག་ལ། །བདག་དང་བདག་གི་སྟུ་མ་ཟད་ན། །ཉེ་བར་  
ལེན་པ་འགག་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་ཟད་པས་ན་སྒྲེ་བ་ཟད། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་

ཟད་པས་ཐར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ངར་འཛིན་ལྟན་སྒྲིམ་ཟད་  
ནས་འཁོར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ལྟོག་ན་ཡང་མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱིས་ནས་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱབ་པར་འཆི་འཕོ་བའི་རྒྱ་གྱིའི་བར་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ནི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་མ་ཐོབ་པར་དུ་མི་ལྟོག་པར་ལུང་རྣམས་ལས་གསུངས་པས་མ་རིག་པ་  
ལས་ཡན་ལག་ལྟག་མ་འབྱུང་ཞིང་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅུ་བ་མ་རིག་པས་  
བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་གཉེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་  
པར་ཡང་ལུང་སྔ་མའི་འཕྲོས་ལས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟོག་ལས། །  
དེ་དག་སྒྲིམ་ལས་སྒྲིམ་པ་ནི། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འབྱུང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། ལུས་ལ་ལུས་དབང་ཇི་བཞིན་  
དུ། །གཏི་མུག་ཀུན་ལ་གནས་པ་སྟེ། །ཞེས་སོགས་གཏི་མུག་བཙུག་ན་ཉོན་  
མོངས་ཀུན་ཚམ་པར་གསུངས་པ་དང་། མ་རིག་པ་དེ་ལྟོག་པ་ལ་རྟེན་འབྱུང་  
མཐོང་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ཡང་ངར་བཞིན་སྟོང་  
པར་གསུངས་པ་དང་། ཡང་རིགས་པ་དུག་ཅུ་པ་ལས། གང་ཡང་རུང་བའི་  
གནས་རྟེན་ནས། །ཉོན་མོངས་སྒྱུ་ལ་གདུག་གཡོ་ཅན་གྱིས། །ཟིན་པར་འབྱུར་  
ཏིག་པ་མེས་ས། །གནས་མེད་དེ་དག་ཟིན་མི་འབྱུར། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ལུང་  
རྣམས་ལས་དངོས་པོ་ལ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ཉོན་མོངས་པར་བཤད་པའི་  
ཐྱིར་རོ་སྟུམ་ན། བདེན་འཛིན་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་མིང་གིས་བདགས་པ་ནི་  
བདེན་ཏེ། མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉོན་མོངས་ཞེས་པའི་མིང་འཇུག་པ་དགག་

ཏུ་མེད་ཅིང་མདོ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ན་ཀྱང་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མི་ཤེས་  
 པའི་མ་རིག་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འབྱུང་  
 མོད། དེ་ཙམ་གྱིས་ཉོན་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ཉོན་སྒྲིབ་ཏུ་བཞེད་  
 པ་ཡིན་ན་གོང་དུ་དངས་པ་དཔལ་ཐེང་གི་མདོ་ལ་སོགས་པ་མང་ཞིག་ལས་  
 མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ལའང་ཉོན་མོངས་པའི་མིང་གིས་བསྟན་པ་དང་།  
 སྒྱིར་མོངས་པ་དང་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་གི་ཀྱན་ཏུ་ཉོག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉོན་མོངས་  
 པའི་མིང་འབྲུག་པས་དེ་ལྟར་སྒྱུར་བ་ཆོད་མེད་ན་དེ་ཐམས་ཅད་ཉོན་སྒྲིབ་འབའ་  
 ཞིག་ཡིན་དགོས་པས་ཤེས་སྒྲིབ་གཏན་མེད་དུ་འབྱུང་རོ། །

དེས་ན་ཐལ་འབྱུར་པའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་བདེན་འཛིན་  
 ཉོན་སྒྲིབ་ཡིན་གྱི་ཤེས་སྒྲིབ་མིན་ཞེས་གསལ་པོར་བསྟན་པའི་ཁྱད་པ་མེད་  
 བཞིན་ཆོག་གི་འཐེན་ཕྱོགས་ཙམ་གྱིས་ནི་གང་ཡང་མི་འགྲུབ་སྟེ། འགྲུབ་ན་  
 རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལའང་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་ལུང་ཡོད་ཅེས་སྒྲུས་ན་ཆོག་  
 པར་མདོན་ཏེ། དབུ་མ་རྒྱན་ལས། ཆོས་ལ་བདག་མེད་མཁས་པ་ནི། །རང་  
 བཞིན་མེད་པ་གོམས་བྱས་པས། ཕྱིན་ཅི་ལྟག་ལས་བྱུང་བ་ཡི། ཉོན་མོངས་  
 བསྒྲིམ་པ་མེད་པར་སྟོང་། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་འདི་འདྲའི་ལུང་རང་རྒྱུད་  
 པའི་གཞུང་རྣམས་སུ་འདྲུང་བས་ཤེས་སོ། །དེས་ན་འདིར་བཤད་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་མཆོན་ནས་དེ་འདྲའི་ལུང་ཆེས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་ཕ་རོལ་གྱི་  
 ཞེ་འདོད་མི་འགྲུབ་པའི་རྩལ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་སྟོབས་དང་མི་འཛིགས་

བ་སོགས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཚོས་ལ་སྒྲིབ་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཚད་མེད་  
 ཡོད་པར་གསུངས་པ་དང་། སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པའི་བྱེད་པ་ལ་སྒྲིབ་མོད་ཀྱི་དེ་ལྟར་བརྟན་པའི་ལུང་དེས་ཉོན་  
 མོངས་ཡིན་ཚད་ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྒྲུབས་ན་མི་འགྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །  
 དེའི་བྱིར་ན་སྒྲིབ་པ་གཉིས་པོ་འདི་ནི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་  
 གོགས་བྱེད་པའི་གཙོ་བོའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་སྟེ། འཛིག་  
 ལྟ་ལས་བྱུང་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ལ་ཉོན་སྒྲིབ་དང་། འཁོར་གསུམ་དུ་  
 རྟོག་པ་ལས་བྱུང་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ལ་ཤེས་སྒྲིབ་ཅེས་གསུངས་ཤིང་།  
 སྒྲིབ་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་  
 སུ་ཤེས་པ་ལ་གོགས་མི་བྱེད་པ་མིན་ལ། འཁོར་གསུམ་དུ་རྟོགས་པས་ཀྱང་  
 ངར་འཛིན་ཡོད་ཀྱི་རིང་ལ་འཁོར་པའི་སྒྲེ་བ་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་  
 རྣམས་ལ་ཕན་མི་འདོགས་པ་མིན་ན་ཡང་གཙོ་ཆེ་བའི་སྒྲོ་ནས་དེ་ལྟར་སྒྲིབ་  
 པ་གཉིས་སུ་བཞག་སྟེ། འཁོར་པའི་རྩ་བ་འཛིག་ལྟ་ལྟོས་ལྟོག་ན་དེ་ལས་  
 བྱུང་བ་འཁོར་བ་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ལྟོག་དེས་པས་ཐར་  
 པ་ཐོབ་ན་ཡང་། དེ་ཙམ་གྱིས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་འགྱུར་པའི་སྒྲིབ་པ་  
 སྒོང་མི་རུས་ལ་ངར་འཛིན་ལྟོས་སྒྲུངས་པ་ན་འཁོར་གསུམ་དུ་རྟོག་ཀྱང་  
 དེ་ཙམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་མི་སྒྲེ་སྟེ་རྒྱུན་མ་ཚད་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་གོང་  
 གི་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ལ་ལན་རྩུང་ཟད་བརྗོད་ན། བདག་འཛིན་གཉིས་ཀ་ས་

བོན་དང་བཅས་པ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན་ཤེས་སྒྲིབ་སྒྲོང་བས་མ་བྱུང་  
 བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་མངོན་སུམ་  
 རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། བྱོད་དང་ཤེས་སྒྲིབ་སྤང་གཉེན་གྱི་ཚུལ་དུ་རྒྱུད་  
 གཅིག་ལ་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་པའི་འགལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་དང་  
 ཤེས་སྒྲིབ་མཐའ་དག་གང་ཟག་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་གཅིག་  
 རྟོགས་གྱི་ཡུན་དུ་འགོགས་པ་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། རྟོགས་གྲུབ་སྟེ་མ་དག་ས་  
 བདུན་པའི་རྒྱུད་གྱི་དེ་གཉིས་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 ལུས་ཏེ་སྤྱིར་བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་གྱི་མཁུན་པ་དང་ཤེས་སྒྲིབ་འགལ་བ་  
 མེད་ན་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པས་ཟེན་ཀྱང་འགལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་  
 སེམས་ལ་སྒྲིབ་གཉིས་སྤངས་པའི་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཐོབ་ཕྱིར་ཆོས་བདག་  
 མེད་པ་བསྟན་ནོ་ཞེས་པའི་ལུང་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལུང་གི་དོན་ནི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པས་ཟེན་པ་དེས་བདེན་  
 འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་འཛམས་པའི་དོན་དུ་དགོངས་སོ་སྟུམ་ན་དེ་མིན་པ་འོག་  
 ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་ལ། ཆོགས་མཐའ་ཡས་པས་ཟེན་པའི་བདག་མེད་རྟོགས་  
 པ་དེས་ཤེས་སྒྲིབ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་སྒྲོང་སྟུམ་ན། ས་བདུན་པ་པའི་བྱང་འཕགས་  
 གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ན་ཡོད་པའི་བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་གྱི་མཁུན་པ་དེ་གྲངས་  
 མེད་གཉིས་གྱི་ཆོགས་དམ་པས་ཟེན་ཀྱང་དེས་ཤེས་སྒྲིབ་ལ་རྩུང་བྱང་གྱང་མི་  
 གཞོད་པ་དེ་བཞིན་ད་རུང་གྲངས་མེད་གཅིག་གི་ཆོགས་བསགས་པས་ཟེན་

ཀྱང་མི་གཞོན་པ་སྤྱད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་མི་སྤྱད་དེ་བདེན་འཛིན་ནི་ཉོན་  
སྤྱིའི་དང་དེའི་བག་ཆགས་ནི་ཤེས་སྤྱིའི་ཡིན་པས་གང་བདེན་འཛིན་དང་འགལ་  
བ་བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེས་བདེན་འཛིན་ས་ཐོན་དང་བཅས་  
པ་སྤྱད་རྣམས་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱར་ཡང་གོམས་པས་བདེན་འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་  
གང་ཞིག་ཤེས་སྤྱིའི་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱང་ཅུ་བ་ནས་ཅིའི་ཕྱིར་མི་སྤོང་སྒྲུལ་  
ན། དེ་ལྟ་ན་ཉན་ཐོས་རྟོགས་པ་ལྟར་བས་ཆེ་གསུམ་གྱིས་ཉོན་སྤྱིའི་བདེན་  
འཛིན་ས་ཐོན་དང་བཅས་པ་སྤོང་རྣམས་པ་དེ་བཞིན་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པས་  
མ་ཟེན་ཀྱང་བདག་མེད་རྟོགས་པ་དེ་གོམས་པ་ཁོ་ནས་བདེན་འཛིན་གྱི་བག་  
ཆགས་ཤེས་སྤྱིའི་གྱི་མིང་ཅན་དེ་དུས་ཐུང་དུས་ལྟར་དུ་སྤོང་པའི་གང་ཟག་གཅིག་  
ཀྱང་སྤྱད་པ་ལ་དངོས་སྟོབས་གྱི་རིགས་པའི་གཞོན་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་  
ཉན་རང་དག་བཅོམ་པ་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བའི་ཐལ་བ་དེ་སྤྱར་འཁོར་ཉོན་  
ཆེ་བས་བག་ཡོད་པར་མཛོད་ཅིག་གྱ། དེས་ན་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་བདེན་  
འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་ལ་ཤེས་སྤྱིའི་དུ་མིང་བཏགས་པར་མཛོད་པ་ནི། ས་  
བདུན་པ་མན་ཆད་དུ་ཤེས་སྤྱིའི་འབའ་ཞིག་སྤོང་བ་མིན་པས་བྱེད་པ་གཙོ་ཆེ་  
རུང་གི་དབང་གིས་བདེན་འཛིན་ལ་ཉོན་སྤྱིའི་དང་དེའི་བག་ཆགས་ལ་ཤེས་  
སྤྱིའི་ཅེས་མིང་འདོགས་ལུགས་ཅམ་ལས་དོན་སྤྱར་བས་བའི་བཞེད་པ་དང་  
བྱེད་མེད་པར་རང་གིས་སེམས་སོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མིན་ན་ཤེས་སྤྱིའི་དང་འགལ་བའི་གཉེན་པོ་ཆད་མས་རྟོགས་

བ་མེད་དེ་བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་ཅམ་ནི་དེ་དང་མི་ལག་ལ་ན་དེ་ལས་གཞན་  
 བའི་གཉེན་པོ་མི་རྟོན་བས་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས་བའི་གང་ཟག་གྲུང་དཀའ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་བག་ཆགས་གང་གིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་  
 གཅོད་བ་ལ་གོགས་བྱེད་ན་དེ་མངོན་དུ་གྱུར་བས་ཅིའི་ཕྱིར་གོགས་མི་བྱེད།  
 མངོན་དུ་གྱུར་གྲུང་གོགས་མི་བྱེད་ན་བག་ཆགས་ཀྱིས་དེ་བས་གྲུང་མི་བྱེད་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར། མ་དག་ས་བདུན་དུ་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས་བ་མེད་པའི་ལུགས་  
 བཞག་དཀའ་བར་མཐོང་ནས་སྒྲ་རབས་པའི་ལུགས་ལྟར་བརྗོད་བ་ཡིན་གྱི་  
 ཡ་ཡའི་ཁ་ཐོར་ལ་གཅོད་ཞེན་ལྟར་ཞེན་ལྟས་འཇུས་བ་ཅམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ད་ནི་བདེན་འདྲིན་ཉོན་སྒྲིབ་ཡིན་པར་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་ལ་བསམ་བར་བྱ་  
 བ་སྐབས་སུ་བབ་ཅིང་། དེ་ཡང་རྣམ་པར་དཔྱོད་པའི་ཐུགས་མངའ་སྒྲུལ་པའི་  
 སྒྲུའི་ཞལ་ནས། ཡང་ཉན་རང་དག་བཅོམ་བས་སྤང་སོགས་ཞེས་བྱ་མཐའ་  
 དག་གི་རྟོང་གི་རྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་ན། དེ་ཆོས་ཅན། འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་  
 བར་ཐལ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་སྤང་སོགས་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པར་འདྲིན་  
 པའི་བདེན་འདྲིན་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། བྱབ་རྟེ་འཇུག་པ་ལས། ཁྱོད་ཀྱི་རྣལ་  
 འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ཡིས། །གཟུགས་སོགས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་  
 འགྱུར་ཞིང་། །གཟུགས་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་སོགས། །  
 སྒྲེ་འགྱུར་དེ་ཡི་ངོ་བོ་རྟོགས་མེད་ཕྱིར། །ཞེས་དང་། དང་བོང་ཞེས་བདག་ལ་  
 ཞེན་གྱུར་ཅིང་། །བདག་གི་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་བ། །ཁོ་རྩན་

འཕུན་ལྷར་རང་དབང་མེད་པ་ཡི། །འགོ་ལ་ཞེས་བདག་དང་བདག་གི་བའི་  
མིག་སྟགས་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིད་ཏུ་འཁོར་བར་  
འཁོར་བ་མི་འཆད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་བའི་  
འགྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་། གང་དག་གཟུགས་ལ་སྟགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
དམིགས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤོང་བར་འདོད་པ་དེ་དག་ལ་ནི་ཉོན་མོངས་  
པ་སྤོང་བ་མི་སྤྱིད་དོ། །ཞེས་སྟགས་ལུང་རིགས་ཀྱི་གནོད་པ་བརྟོག་ཏུ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་མི་འཐད་དོ། །ཡང་དེ་ལ་སྤྱོད་ཀྱིས་འཇུག་འགྲེལ་གཤམ་བྱེད་ཏུ་  
དྲངས་པའང་དགོངས་པ་མ་ལོན་པ་ཉིད་དེ། འཇུག་འགྲེལ་ལས་སྡུ་མ་དང་  
མཐུན་པར་གཟུགས་ལ་སྟགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་དམིགས་པས་ཕྱིན་ཅི་  
ལོག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་རྟོགས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་  
ཏེ་བདག་ཏུ་གདགས་པའི་རྒྱ་ལུང་པོ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་རྒྱུད་ཏུ་  
ཡང་རིན་པོ་ཆེའི་སྤོང་བ་ལས། རི་སྤྱིད་ལུང་པོར་ཞེས་སྟགས་གཤམ་བྱེད་ཀྱི་  
ལུང་དང་བཅས་ཏེ་གསལ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཉོན་རང་འཕགས་  
པས་སྤྱོད་ཉིད་ཉི་ཆེ་བ་ལས་མ་རྟོགས་པ་སྟགས་འཕྲོགས་བཤད་ཀྱི་བ་མོས་  
ལྷགས་བཟང་གི་བརྟོག་ཞེས་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ནས་སྤང་བུ་སྤོང་ཚུལ་ཡང་མི་  
འཐད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་མ་སྤངས་བར་དུ་ཉོན་མོངས་  
པའི་བག་ཆགས་གཤམ་སྤྱིབ་ཀྱི་ཆ་རྒྱུད་ཟད་ཀྱང་སྤོང་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་  
ན་རས་ཀྱི་སྤྱིང་ཏུ་སྤྱང་བའི་སྤྱུམ་དེ་མ་ཟད་བར་དུ་སྤྱུམ་གྱིས་གོས་པའི་དྲི་མ་



ཕྱ་མོ་སེལ་མི་སྤྱབ་པ་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འཇུག་འགྲེལ་ལས། ཉིལ་  
མར་དང་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པ་བསལ་དུ་ཟིན་ཀྱང་སྤྲུམ་པ་དང་སྤྲུམ་སྤྲུལ་  
སོགས་པ་རྒྱམས་ལ་དེ་དག་དང་འཕྲད་པའི་ཡོན་ཏན་ཕྱ་མོ་དམིགས་པ་བཞིན་  
ནོ། །འདི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་ཀྱང་བག་ཆགས་ཡོད་པས་ཞེས་སོགས་  
ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་རྒྱམས་ཀྱི་ཕྱིར་འདི་  
ལ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་རྒྱམས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་ན་བོད་ཀྱི་ཞེ་འདོད་ཡིན་  
ཡང་དང་དུ་སྤང་བར་རིགས་སོ། །

འོན་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་དུ་མ་ནས་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྫོགས་  
པར་རྫོགས་པ་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་རྒྱམས་ཇི་ལྟར་བྱངས་ཤིང་། ཡོད་དེ་དེས་  
ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྫོགས་པ་མེད་ཅེས་པ་ནི་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
བདེན་མེད་དུ་རྫོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་རིགས་པའི་རྒྱམ་གྲངས་  
མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲོན་པ་རྫོགས་པ་མེད་པའི་དོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལུང་རིགས་ཆད་  
ལྟན་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་མགིན་པ་གཟེངས་བསྟོད་དེ་སྤྲོད། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །འདི་ལ་ལན་ཀྱི་རིམ་པ་བརྗོད་པར་བྱས་ཏེ། དེ་ལ་ཉན་རང་ལ་  
སྤྱོད་ཉིད་རྫོགས་པ་ཡོད་པར་སྟོན་པའི་རིགས་པ་ནི་འཇུག་པ་རང་འགྲེལ་གྱི་  
རིང་དུ་སོང་བར་སྒྲོས་ཀྱང་ལྟག་པར་འབྱུང་ཞེས་པའི་ཐད་ནས་གསུངས་པ་  
ཡིན་ལ་དེ་དག་གི་གནད་འདྲིར་མདོར་བསྟུས་སུ་བརྗོད་པར་བྱས་ན། གང་  
ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་འཁོར་བར་སྟེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་

ཅུ་བ་ཡིན་ལ་དེའི་དམིགས་ཡུལ་གྱི་དེ་དང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞིག་ན་དང་  
 འཛིན་སྲངས་མི་ལུས་ཀྱང་། དེ་ནི་མ་དགུད་པར་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་  
 པ་ཅམ་ལས་རང་གི་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་། རི་ལྟར་ན་བདག་དེ་དུ་མ་  
 དང་མི་རྟག་པའི་སྤང་པོ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དང་  
 བཞིན་ཅན་དུ་ཤེས་པས་འཁོར་བ་ལས་གོལ་ལུས་ལ། དེ་དང་སྤང་སོགས་  
 ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་དམ། ཆོས་བདག་མེད་བརྟན་པ་ལ་སྟོང་གཞིའི་བྱུང་པར་ཅམ་  
 ལས་སྟོད་ཚུལ་ལ་བྱུང་མེད་པ་དང་། བདག་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་དང་ཚུལ་  
 ཅན་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་དེ་ཡང་སྤང་པོ་རགས་པའི་དང་བཞིན་བཏགས་  
 ཡོད་ཅམ་ལས་རྣམས་སྤྲུམ་མེད་པར་ཤེས་པ་སྟོན་དུ་འགོ་བ་ལ་བརྟེན་དགོས་པར་  
 རིགས་པས་གྲུབ་ཚུལ་བརྟན་པས་ཆོས་བདག་མེད་པའམ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་མི་  
 འཐད་པར་སེམས་པ་བརློག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་  
 བཞིན་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་ཆོས་དེ་ལ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དེ་ཅམ་ཞིག་  
 ལས་གཞན་དུ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། དེ་ཉན་ཐོས་པས་གཏན་ནས་ཁས་མི་ལེན་  
 པ་ཞིག་ན་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱང་རྟོགས་ཐབས་མེད་དེ། སྤང་པོ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་བདག་དེ་ངོ་བོས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིག་ལྟ་  
 ལྟན་སྦྱེས་མ་ཞིགས་པར་དུ་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་སོགས་མེད་  
 པར་ཤེས་ཀྱང་དེ་ཅམ་གྱི་ཐར་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་ཕྱི་རོལ་པའི་ཆགས་བྲལ་དང་  
 འདྲ་བར་འགྱུར་ཞེས་རིགས་པས་སྒྲུབ་པར་མཛད་ལ། ཅུ་བར་ཡང་། རྟག་

བདག་སྤོང་ན་དེ་ཆོ་དེ་ཡི་ཕྱིར། ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་སམ་ཡུང་པོ་བདག་མི་འགྱུར། །  
 ཁྱོད་ཀྱི་ནུལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ཡིས། གཞུགས་སོགས་དེ་ཉིད་  
 རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། གཞུགས་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་ཕྱིར་འདོད་  
 ཆགས་སོགས། སྐྱེ་འགྱུར་དེ་ཡི་ངོ་པོ་རྟོགས་མེད་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཉན་ཐོས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་སྤོང་ཉིད་མི་འདོད་པ་ལྟར་  
 བརྟེན་པའི་བདག་ཅམ་མེད་པར་རྟོགས་སུ་ཆུག་ཀྱང་བདག་ངོ་པོས་གྲུབ་པར་  
 འཛིན་པ་མི་སྤོང་ལ། དབུ་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་མའི་ཆོས་ཆོགས་པ་ལ་རགས་པ་  
 གཞུགས་སུ་འདོགས་པ་ཅམ་གྱི་རགས་འཛིན་ཀྱང་གཞིག་མི་བྱས་ན་གཞུགས་  
 རར་བཞེན་གྱིས་སྤོང་བའི་ཚུལ་ག་ལ་རྟོགས་ཏེ། དེས་ན་གཞུགས་སོགས་ཀྱི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། གཞུགས་བཟང་པོར་བཟུང་ཞིང་དེ་  
 ལ་དམིགས་ནས་ང་འདི་དང་འབྲུད་པར་བྱའོ་སྟམ་པའི་འདོད་ཆགས་སོགས་  
 སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་ཡུལ་དེ་ཡི་ངོ་པོ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཡུལ་གཞུགས་  
 སོགས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་མེད་པར་ཡུལ་དུ་གནས་པ་དང་ངར་འཛིན་མ་སྤངས་  
 པས་ཕྱ་རྒྱུ་ཀྱང་ཡོད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ་རང་འགྲེལ་གྱི་བབ་རྣམས་དང་  
 བསྟན་པས་ཤེས་སོ། །ཡུང་པོ་རིལ་པོ་འཕྲ་རགས་པ་མ་གྲུབ་པ་འདི་ལ་ཡང་  
 ཆོས་བདག་མེད་རགས་པ་ཅམ་གྱི་ཐ་སྙད་རུང་སྟེ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་གང་  
 དང་གང་ཡིན་ཀྱང་བདགས་པ་ཅམ་ལས་དེ་དང་དེ་རང་གི་ངོ་པོས་མ་གྲུབ་པ་  
 བློ་དེ་དང་དེའི་སྤོང་ཉིད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འོན་ཀྱང་ཕུང་པོ་རགས་པ་རྫས་སུ་མ་གྲུབ་པ་ཙམ་འདྲིན་ཀྱང་དེའི་གདགས་  
གཞི་ཆ་མེད་གྱི་རང་བཞིན་བདེན་པར་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་སྤྱིད་དུ་ཆོས་དེའི་  
བདག་མེད་རྫོགས་པར་མི་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་བུམ་པ་ལ་རགས་པའི་རྫས་མ་  
གྲུབ་པ་ཙམ་རྫོགས་ཀྱང་དེས་བུམ་པ་བདག་མེད་དུ་རྫོགས་པར་མི་བརྟོན་དེ།  
རྟག་བདག་སོགས་མེད་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རགས་པ་ཙམ་རྫོགས་  
ཀྱང་དེས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྫོགས་པའི་གོ་མི་ཆོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
ལྟར་རགས་པའི་ཕུང་པོ་ལ་རིལ་པོ་བ་གཅིག་མེད་པར་དུ་མ་ཆོགས་པ་ལ་  
བདགས་པ་ཙམ་དུ་ཤེས་པའི་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་གི་བདག་ངོ་པོ་  
ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་རྫོགས་པའི་བདག་མེད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡོད་  
དེ། རང་འཛིན་ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་ཞེན་ཡུལ་དེ་ནི་བརྟེན་ནས་བདགས་པ་ཙམ་  
ལས་རང་གི་ངོ་པོས་གྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་ལུས་པར་རྣམ་  
བདུན་ཤིང་རྟའི་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་  
ལྟར་རྣམ་བདུན་ཤིང་རྟའི་རིགས་པ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་དུ་མ་དང་མི་རྟག་པའི་  
རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་ལ་ང་བདགས་པ་ཙམ་ལས་ང་ངོ་པོས་མེད་པར་  
ཁོང་དུ་ཆུད་ལུས་པ་ནི་ད་ལྟ་ནས་རང་གི་ཁྱོད་བས་ཤེས་ལུས་ལ། དེ་ལྟར་  
རིགས་པས་རྫོགས་ནས་གོ་མས་པར་བྱས་ན་དེ་ལ་གསལ་སྒྲུང་རབ་གྱི་མཐར་  
ཐུག་པ་ཡང་འབྱུང་རིགས་ཏེ་རྫོགས་བྱ་ཡང་དག་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་  
རྟག་སོགས་བདེན་པའི་རྣམ་པ་མངོན་སུམ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་མཐོང་

ན་དེ་གོམས་པས་བདག་འཛིན་ལྟན་སྒྲིམ་གྱང་ཅིས་མི་སྤོང་སྤྲོ་མི་སྤོང་ན་བདེན་  
 མེད་ཉོགས་པ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཕུང་པོ་  
 བདེན་འཛིན་སྒྲིམ་པ་ཕྱུང་བས་རང་འཛིན་མི་ལྡོག་གོ་སྒྲིམ་ན། རང་འཛིན་  
 ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་ཞེན་ཡུལ་ང་ཅམ་མིན་པར་ཕུང་པོ་ཡིན་དགོས་ན་འང་དེ་མིན་པར་  
 འཇུག་པ་ལས་གསལ་པོར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་ཐ་སྐད་དུ་བདག་རྗེས་སུ་  
 མེད་ལ་ཕུང་པོ་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་བར་འཐད་པ་དང་། ཡུལ་  
 བདག་གཉིས་པོ་སྤྲོང་བར་ཤེས་པས་དེ་འཛིན་གཉིས་པོ་ལྡོག་པ་རིགས་པ་སྒྲི་  
 བའི་ཚུལ་ཡིན་གྱི། ཡུལ་སྤྲོང་བར་ཤེས་གྱང་གདགས་པའི་གཞི་ཅམ་མ་ལོག་  
 པས་དེར་འཛིན་མི་ལྡོག་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་ཤེས་གྱང་སྒྲུང་བ་  
 ཐམས་ཅད་མ་ལོག་པ་སྤིང་དུ་བདེན་འཛིན་དང་ཆགས་སོགས་ལྡོག་པར་ཡང་  
 དཀའ་བར་འགྱུར་རོ། །སྒྲུང་བཞིན་དུ་ཡང་སྤྲོང་བའི་ཕྱིར་དེར་མ་ཞེན་ན་སྒྲུང་  
 བ་ཅམ་གྱིས་བདེན་འཛིན་མི་སྤྲོད་དོ་སྒྲིམ་ན། ཕུང་པོ་ཅམ་བདེན་པར་བབྱུང་  
 ཡང་ངའོ་སྒྲིམ་དུ་བདེན་པར་མ་བབྱུང་ན་ཕུང་པོར་བབྱུང་བ་ཅམ་གྱིས་ངར་  
 འཛིན་མི་དགོས་ཏེ་དེ་གཉིས་དམིགས་རྣམ་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རི་སྤིང་ཕུང་  
 པོར་འཛིན་ཡོད་པ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཕུང་དོན་ནི་གོང་དུ་མདོ་ཅམ་བརྗོད་ཟིན་  
 པས་འདིར་མི་སྤྲོད། །གལ་ཏེ་ཕུང་པོར་ཡང་བབྱུང་རང་གི་རྒྱུད་དུ་ཡང་བབྱུང་  
 བ་ཅམ་གྱིས་ངར་འཛིན་པ་སྒྲི་བ་མིན་ན་མ་སྒྲིམ་དུ་ལས་དང་པོ་བ་དག་སེམས་  
 ན་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། དུ་མ་ཆོགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཕུང་པོ་རྣམས་ལ་

གཅིག་ཤུའི་ངོ་བོ་མེད་པ་དང་དེ་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་དུ་ངེས་པའི་ཚེ། དེ་  
ཅམ་ལ་བདག་ཏུ་སློབ་པར་བཏགས་པ་ཅམ་ལས་བདག་དོན་དུ་མེད་པར་  
རྟོགས་པ་ན། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཡུང་པོ་ཆ་དུ་མ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ང་མང་པོ་ཡོད་  
སྟམ་པའི་སློ་ལྟན་སྒྲིམ་འབྱུང་མི་སྲིད་ལ། གཅིག་ཤུའི་ང་ཞེས་འཛིན་པའི་  
གཞི་ཞིག་ནི་གདགས་གཞི་ཡུང་པོ་འདི་ལ་མེད་ངེས་སུ་མཐོང་བའི་ཚེ་རི་ལྟར་  
ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཡུང་པོ་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་ཏེ་ཐག་པ་ཡོད་པར་བཟུང་ཡང་སྒྲུལ་  
དུ་མི་འཛིན་པ་དང་འབྲུལ། །རྒྱལ་ཕུན་ཆ་མེད་དང་རྒྱུད་ཅིག་ཆ་མེད་ཀྱི་ཕ་བ་  
ཅམ་གྲུབ་མཐས་དོན་དམ་དུ་ཁས་སྤངས་ན་ཡང་དེ་ནི་ཡིད་ཀྱི་དབྱེད་པས་དོན་  
ལ་གྲུབ་ཅེས་འདོད་པ་ཅམ་ལས་བདེ་སྒྲུག་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ཡུང་པོ་འདི་སྤང་  
བ་ཡོད་ཀྱི་རིང་ལ་ཆ་བཅས་སུ་སྤང་གི་ཆ་མེད་སྤང་མི་ལུས་ལ། ཆ་མེད་དང་  
རྒྱུད་ཅིག་མ་དུ་མ་ཡོད་དུ་རྟག་ཀྱང་དེ་ང་མིན་པར་རིགས་པས་ངེས་གིང་མངོན་  
སྟམ་རྟོགས་པར་བྱུང་ཡོད་པས་དེ་ཅམ་གྱིས་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཉེས་པ་ཅི་  
ཡང་མི་སྒྲིད་དོ། །

དེས་ན་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་དང་དུ་མ་སིལ་ཤུའི་རྣམ་པར་མངོན་  
སྟམ་མཐོང་བའི་དག་བཅོམ་པ་རྣམས་ལ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཡུང་པོར་སྤང་བ་ཡང་  
ཆར་དང་འབབ་ཆུ་བཞིན་དུ་དུ་མ་ཚོགས་པ་རྒྱུད་ཅིག་ཀྱང་མི་རྟག་པར་གཡོ་  
ཞིང་འགྲུལ་ལ་དེག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་གཟིགས་པར་གསུངས་པས་ན་གཞི་  
དེ་ལ་ངའོ་སྟམ་དུ་ང་ངོ་བོས་གྲུབ་པར་རི་ལྟར་འཛིན་ཏེ་འཛིན་མི་སྲིད་དོ། །

དེ་ལྟར་ན་རང་རྒྱུད་གྱི་ཕུང་པོའི་ཚོགས་པ་སྒྲོས་མ་གཞིགས་མ་བརྟགས་པར་  
 རའོ་སྒྲུལ་དུ་བརྟགས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ཞེན་ཡུལ་གྱི་ར་དེ་ཐག་པ་ལ་སྒྲུལ་  
 ལྟར་ཕུང་པོ་དང་གཅིག་ཐ་དད་གང་དུ་འང་མེད་པར་སྒྲོས་པར་བརྟགས་ཅམ་  
 དུ་ཤེས་ཤིང་གོམས་པ་ན་ཕུང་པོ་ཐ་བ་ནས་བདེན་མེད་དུ་མ་རྟོགས་ཀྱང་རར་  
 འཛིན་ལྟོག་སྟེ། འདུས་བྱས་སྐད་ཅིག་མ་བར་མ་ཆད་དུ་ཕུང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 རྟག་འཛིན་གྱི་སྒོ་འབྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡང་། སྐད་ཅིག་ནམས་སོ་སོ་བ་ཡིན་  
 པར་ངེས་པའི་ཆེ་རྟག་འཛིན་གྱི་སྒོ་ངེས་པར་ལྟོག་གི་རྟག་པར་འབྲུལ་གཞིའམ་  
 གདགས་གཞི་སྐད་ཅིག་མ་ནམས་རྒྱན་ཆད་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 འདི་སྒྲུལ་དུ། བདེ་བར་གྱུར་པ་འམ་སྒྲུག་བསྐལ་བར། །མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
 འདོད་པ་ན། །རའོ་སྒྲུལ་པའི་སྒོ་གང་དེ། །སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་ལྟན་ཅིག་སྒྲེས། །  
 ཞེས་ནམ་འབྲེལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་རྒྱུད་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་བདེན་པར་  
 འཛིན་ན་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྒྲུག་ཉམས་སུ་ཁྱོང་བའི་ཆེ་རའོ་སྒྲུལ་དུ་  
 བསམ་པའི་སྒོ་ལྟན་སྒྲེས་ཅི་ལྟར་མི་སྒྲེ་སྒྲུལ་ན། བདེ་སྒྲུག་གི་ཉམས་སུ་ཁྱོང་ཡང་  
 ཕུང་པོ་རགས་པའི་སྟེང་ནས་ཡིན་གྱི་ཆ་མེད་སེལ་བུ་བ་ལ་མ་ཡིན་ཀྱང་ཟག་  
 བཅས་གྱི་ཕུང་པོའི་ཚོགས་པ་ཡོད་པ་སྟེང་དུ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྒྲུག་ཁྱོང་  
 བ་ཅམ་བསྐྱེད་དུ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཅམ་གྱིས་རར་འཛིན་སྒྲེ་མི་དགོས་ཏེ་དུ་  
 མ་ཆོས་ཅམ་གྱི་ཕུང་པོ་ལས་བདེ་སྒྲུག་ཁྱོང་བ་འཐད་ཅིང་དེ་ལ་བདག་དང་  
 བདག་གི་བ་གང་ཡང་མེད་པ་དེ་ལྟར་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བདག་

རྟུང་མིགས་པ་ཟད་པའི་ཆེ་བ་དེ་སྤྲུག་སོགས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་བོ་ལའང་བདག་གི་བར་མི་འཛིན་ཏེ་བདག་གི་བར་འཛིན་པ་ནི་བདག་རྟུང་འཛིན་པ་ལས་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་འཇུག་པ་ལས། གང་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མེད་ཅན་ལས་མེད་པ། །དེ་ཕྱིར་བདག་གི་བདག་མེད་པ་ཡོད་མིན། །དེ་ཕྱིར་བདག་དང་བདག་གིས་སྤོང་ལྟ་བུའི། །རྣལ་འབྱོར་བ་དེ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བདག་དང་བདག་གིར་མི་འཛིན་པ་དེ་དག་ལ་ཅན་དན་དང་སྤེལ་མཉམ་པའི་སྒོ་འབྱུང་སྟེ་ཆགས་བྲལ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་མིན་ན་ཐ་སྙད་རྟུང་བོ་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྤྲུག་སྤྱིང་བ་ཅམ་དག་བཅོམ་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལའང་ཡོད་པས་སྤང་བོ་བདེན་མེད་ཅམ་རྟོགས་ཀྱང་རྟུང་བོ་ཡོད་པའི་རིང་ལ་བདེ་སྤྲུག་སྤྱིང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ངར་འཛིན་ལྟན་སྤྱིང་ལྟོག་པར་མི་འགྱུར་ན་ཡང་། དག་བཅོམ་པ་ལ་ངར་འཛིན་ལྟན་སྤྱིང་ནས་མ་སྤུངས་པ་སྤེལ་ལུགས་ལའང་མི་སྤིད་དོ། །དེས་ན་ཡང་དག་པའི་དོན་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཐབ་ནས་གོམས་པ་ལས་དེའི་དོན་མཛོན་སུམ་མཐོང་ཞིང་། སྤྱིར་ཡང་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ལས་དེའི་བསྐྱོག་སྤྱགས་སྒྲོ་འདོགས་པའི་ཀུན་རྟོག་མང་ནས་ཞི་བར་འདོད་པ་ནི་ལམ་ཡང་དག་སྒྲོམ་པ་ཀུན་གྱི་ཚུལ་ལུགས་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ངེས་པར་བྱའོ། །གོང་རྟུང་བཤད་པ་ལྟར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་སྤྱིང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཅམ་ཉན་རང་ལ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་རིགས་པ་དེས་སྤྱད་ཅིག་དང་རྟུལ་སྤོང་ཆ་མེད་ཀྱིས་བརྩམ་པའི་སྤང་བོ་ལྟ་ཡང་དེ་ལྟར་བརྟེན་



པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སྟོན་ཅུས་ཤིང་། ཉན་ཐོས་པ་རྣམས་གྲིས་ནི་རགས་  
 པ་བཅོམ་ཞིང་སྒྲོས་གཞན་བསལ་དུ་རུང་བ་རྣམས་ཀྱང་རྫོང་ཏུ་ཡོད་པ་ཙམ་  
 དུ་འདོད་ཀྱང་དེ་སྟོང་པར་མི་འདོད་པ་ལ། འདིར་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་  
 དང་སྟོང་པ་ཉིད་དོན་གཅིག་དུ་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་དེས་ཉན་ཐོས་སྡེ་བས་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ལ་སྐྱོན་འབྱེད་པ་གཞི་མེད་དུ་བསྒྲོག་ཅུས་ཏེ། དངོས་སྒྲུབ་དག་གི་  
 ཞེ་འདོད་ལ་རང་བཞིན་གྲིས་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་མེད་ན་བྱ་བྱེད་སོགས་མི་  
 འཐད་དོ་སྟམ་པ་ལ། དགེ་མི་དགའི་ལས་སོགས་བྱ་བྱེད་བདེན་གྲུབ་དུ་འདོད་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལེགས་པར་དབྱེད་ན་ཆ་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་གཅིག་དང་  
 རུལ་ཕྱན་གཅིག་ལས་མི་འབྱུང་བར་རྒྱན་དང་ཚོགས་པ་ལས་འབྱུང་ལ། རྒྱན་  
 དང་ཚོགས་པ་ནི་བཏགས་པ་ཙམ་སྟེ། གང་བཏགས་པས་གྲུབ་པ་དེ་ནི་རང་  
 གི་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པའོ། །ཞེས་རིགས་པའི་ལམ་ནས་གསལ་བོར་བསྟན་པའི་  
 ཆོ་དངོས་སྒྲུབས་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རིགས་པའི་ལམ་ནས་བཀལ་ལན་ཅུས་  
 ལ། དེ་ལྟར་གྲུབ་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བྱ་བྱེད་རྒྱ་འབྲས་ཤིན་དུ་འཐད་ཅིང་དངོས་  
 པོར་གྲུབ་པ་ལ་མི་འཐད་པའི་རྒྱལ་གཤམ་པར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་འདི་སྟམ་དུ་དེ་འདྲའི་བརྫོད་པ་དེ་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་བཀལ་ལན་ཅུས་ཏེ་དངོས་  
 སྒྲུབ་པ་མཐའ་འཛིན་པ་དག་གིས་རྟེན་འབྱུང་དང་སྟོང་པ་ཉིད་དོན་གཅིག་  
 དུ་མི་སེམས་པར་མ་བྱེད། ལྷ་གྲུའི་སྒྲེ་བ་བདེན་པར་ཡོད་དེ་ས་བོན་ལ་བརྟེན་  
 བས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ་སྟམ་དུ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དང་བདེན་གྲུབ་ཡིན་པ་

འགལ་མེད་དུ་ཁས་ལེན་ལ། དེའི་ཕྱིར་རྒྱུན་དང་ཚོགས་པ་སོགས་ཁོ་རང་གིས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་འདོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཆ་མེད་གྱི་དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་ཀྱང་དེ་དག་གི་ངོ་བོ་སྟོང་མི་དགོས་པར་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པས་སོ་སྟམ་ན། གྲུབ་མཐའ་སྒྲ་བ་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན་གྱི་ཉན་ཐོས་པས་དེ་ལྟར་སྒྲ་བ་ནི་བདེན་ཀྱང་ཉན་ཐོས་སྡེ་བ་དེ་དག་གི་ལྷགས་ལའང་འབྲས་སུ་ཐོབ་པ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་རྟོགས་པ་ལས་འབྱུང་བར་ཁས་ལེན་པས་ན་ཉན་རང་གི་འབྲས་སུ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་དེས་རང་གི་ཡན་ལག་དུ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གིང་རྟ་དང་བུམ་པ་སོགས་དང་གཟུགས་སོགས་རགས་པའི་དངོས་པོ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་རྣམས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་ངོ་བོ་མེད་པའི་བདེན་མེད་དུ་མ་ཤེས་ན་གང་ཟག་གི་བདག་བདེན་མེད་དུ་ཤེས་པའི་ཐབས་མེད་དེ། སྤང་བོ་ལ་རིལ་པོ་གཅིག་གི་ངོ་བོ་འཕྱུར་དང་ཚོགས་པའི་ངོ་བོ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འཛིན་ན་དེ་དང་རང་འཛིན་པའི་ཞེན་ཡུལ་ལ་མཚན་ཉིད་དམ་དམིགས་རྣམ་གྱི་འཇུག་པ་མི་མཐུན་པ་མེད་པས་དེ་འདྲའི་སྤང་བོ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལྷོག་པའི་ཐབས་མེད་དོ། །རང་འཛིན་ལྷན་སྦྲེས་གྱི་ཞེན་ཡུལ་མ་ཁེགས་བར་དུ་བདག་འཛིན་ལྷོག་མི་སྤིང་པས་འཁོར་བ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་མེད་ལ། གལ་ཏེ་འཁོར་བ་ལས་ཐར་ན་ཞེན་ཡུལ་དེ་ཁེགས་ནས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་བྱུང་བ་ཡང་ངེས་པར་འབྱུང་ཅིང་། རང་འཛིན་ལྷན་སྦྲེས་གྱི་ཞེན་ཡུལ་རི་ལྟར་འགོག་

ན་ང་ཞེས་པ་ལུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་གེས་ཤིང་། གང་བརྟེན་  
ནས་བཏགས་པ་ལ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་པར་དུ་དེ་ཞེས་ས་  
མི་སྤྱིད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ལམ་ཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་ཐར་པའི་  
ཉན་རང་དག་བཙུམ་པ་དེ་དག་གིས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ལམ་རྒྱེན་ཉིད་  
འདི་བ་ཙམ་གྱི་སྤྱོད་ཉིད་ངེས་པར་རྟོགས་དགོས་ཏེ་རྟེན་འབྱུང་དང་དོན་གཅིག་  
པའི་སྤྱོད་ཉིད་དེ་མ་རྟོགས་པར་དུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མི་སྤྱིད་  
དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་ན་རྒྱུན་དང་ཚོགས་པའི་ངོ་  
བོ་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དག་ལའང་ངོ་བོ་མེད་པར་ཅིས་མི་རྟོགས་  
ཏེ་དེ་གཉིས་ལ་རྟོགས་དགའ་སྤྱོད་དང་རྟོགས་རྒྱུ་ལ་ཁྱུད་པར་གང་ཡང་མེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཉན་རང་འབྲས་གནས་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་པ་ལྟར་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་གཞི་མེད་པའི་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་མི་རུས་པར་གསུངས་ཏེ་ཆ་མེད་  
གཉིས་སོགས་ཁོ་རང་གི་ལུགས་ཀྱི་སྒྲོས་གཞིགས་ཀྱང་ངོ་བོ་ཡོད་པའི་ཆོས་  
དུ་མ་ཁས་ལེན་པ་ལ་དེ་ཡང་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་དགོས་པའི་རིགས་པ་གང་  
ཡང་མེད་དེ་རེ་ཞིག་ཆོས་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མ་རྫོགས་པའི་ལམ་དམན་པ་  
དེ་འདྲ་སྤྱིད་པ་ལ་འགལ་བ་གང་ཡང་མེད་ལ་ཆོས་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོངས་  
སྒྲུལ་རྫོགས་ཀྱང་རང་ལམ་གྱིས་འབྲས་བུ་གྲུབ་པ་ཡོད་པར་ལུང་དང་རིགས་  
པས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་རགས་པ་འགའ་ཞིག་བདེན་མེད་དང་

གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་དེ་ནི་ཉན་རང་གི་རང་ལམ་ཁོ་ནས་འབྲེན་  
རྒྱས་པར་གྲུབ་ལ་དེ་ལས་རྒྱ་ཆེ་བའི་བདག་མེད་ཡོངས་རྫོགས་རྟོགས་པ་ནི་  
དམན་ལམ་ལ་ཞུགས་པས་འབྲེན་མི་རྒྱས་ཏེ་ཐུན་བུ་གི་ཡོངས་འཛིན་སོགས་  
ལམ་མཆོག་གི་རྒྱུ་མ་ཚང་བས་དེའི་འབྲས་བུ་རྩ་ལ་མེད་ལྟར་གྲུབ་ཏུ་འབྱུང་  
བར་མི་རིགས་ལ། ཐེག་ཆེན་ན་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་སོགས་  
ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ཚང་བས་སྤང་རྟོགས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་འགྲུབ་པ་  
ཡིན་ནོ། །འདི་འདྲའི་མཚམས་ཟིན་པ་ནི་བསིལ་ལྡན་ན་སྤྲོ་ཡོད་སོ་སོའི་ཡིག་  
འཛིན་གིས་ཤེས་ཤིང་དེའི་ཐུར་འདི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་གཅིས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །  
དེ་ལྟར་སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ཡབ་སྐུས་གྱི་རིགས་པ་འདིས་ཉན་རང་ལའང་  
བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་སྟོང་ཉིད་མཐོང་བ་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་གིས་བརྟེན་  
ནས་བཏགས་པ་ལ་རང་གི་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་མ་ཤེས་ན་གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཐབས་མེད་ལ་དེ་མེད་ན་འཁོར་བ་ལས་ཀྱང་  
མི་ཐར་བར་གསུངས་པའི་ཚུལ་དེས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་  
རྟོགས་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཡུང་གི་དོན་ལེགས་པར་ཤེས་རྒྱས་ཤིང་། ཉན་རང་  
གིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱ་བ་དང་ཁོ་རང་གི་ལུགས་གྱི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་  
པར་འདོད་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་བདག་མེད་རགས་པ་ཅམ་རྟོགས་ཀྱང་ཆོས་  
བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་ཏེ་ཆ་མེད་གཉིས་སོགས་ཁོ་རང་  
གི་ལུགས་གྱི་དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ཆོས་མཐའ་དག་བདེན་མེད་

དུ་མ་ཤེས་པས་སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྟོགས་  
 རིགས་དང་བསྐྱེད་ན་རྒྱ་མཚོ་དང་བ་ལང་མིག་རྗེས་གྱི་ཚུ་ལྟར་འབྱུང་བར་  
 བཞེད་དེ། བདག་མེད་འདི་ནི་འགོ་བ་རྣམ་དགོལ་གྱིས། །ཆོས་དང་གང་ཟག་  
 ད་བྱེ་བས་རྣམ་གཉིས་གསུངས། །ཞེས་དང་། སྟོས་དང་བཅས་པར་སྟོང་བ་  
 ཉིད། །བཅུ་དྲུག་བཤད་ནས་མདོར་བསྡུས་ཏེ། །སྒྲུབ་ཡང་བཞིར་བཤད་དེ་  
 དག་ནི། །ཐེག་ཆེན་དུ་ཡང་བཞེད་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། ཉན་རང་རྣམས་ལ་  
 རྒྱུན་ཉིད་འདི་བ་ཅམ་མམ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་སྟོང་བ་ཉིད་རྟོགས་པ་ཅམ་  
 ཡོད་མོད་གྱི་འོན་ཀྱང་དེ་དག་གི་སྟོང་ཉིད་ནི་མདོར་བསྡུས་པ་ཅམ་མོ་ཞེས་  
 སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ནི། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་རྫོགས་མ་རྫོགས་གྱི་བྱུང་  
 བར་ལས་འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་རིང་གི་གཞི་ཤེས་སུ་གསུངས་པ་དང་དགོངས་པ་  
 གཅིག་ཏུ་གྱུར་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། གཟུགས་ནི་དབུ་བརྩོས་པ་  
 འདྲ། །ཆོར་བ་རྩ་ཡི་རྩ་བར་འདྲ། །ཞེས་དུ་མ་དང་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་  
 གྱི་འདི་ལྟར་རགས་པར་སྒྲུབ་པའི་སྤང་བོ་རྣམས་སྦྱུ་མ་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་  
 ཉན་ཐོས་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་བདག་མེད་པ་མདོར་བསྡུས་པའམ་རགས་པ་  
 ཅམ་ཡིན་པར་བཞེད་དོ། །ཅིའི་བྱིར་མདོར་བསྡུས་པ་ཞེས་བྱ་ན་གང་ཟག་  
 གི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ལ་དེ་ཅམ་ཞིག་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་བྱིར་སྤང་སོགས་  
 འདུས་པ་ལ་ངོ་བོ་མེད་པའི་ཆོས་བདག་མེད་པ་མདོར་བསྡུས་པའམ་བྱོགས་  
 ཅམ་བསྟན་ཏོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་ལེགས་པར་ངེས་པ་ན་བྱམས་འཇམ་དབྱངས་

གྱི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་པའི་གིང་རྩ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་དགོངས་པ་གཅིག་  
པའི་གནད་གིན་རྩ་དོན་ཆེ་བ་ཉིད་སོམ་ཉིད་དང་བུལ་བར་ཤེས་རྣམས་པའི་བྱིར་  
རང་གི་སྒོ་ཡི་རྩལ་གྱིས་གསལ་བར་རྣམ་པར་བྱེ་སྟེ་བཤད་པའོ། །དེས་ན་གོང་  
དུ་བྱེད་གྱིས་དངས་པའི་རིགས་པ་དུག་རྩུ་པའི་འགྲེལ་པའི་ལུང་དང་གཞན་  
ཡང་དེ་འདྲའི་ལུང་མང་པོ་དག་ཀྱང་འདི་ན་བཤད་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།  
ལུང་སོགས་ཀྱང་རྫོང་ཅམ་དུ་ཡོད་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་བདེན་གྲུབ་འབའ་ཞིག་  
ལས་གཅིག་ཀྱང་བདེན་མེད་དུ་མ་རྟོགས་ན་ཆགས་སོགས་ལྟོག་པའི་ཐབས་  
མེད་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱང་ནམ་ཡང་རྟོགས་པར་མི་རིགས་པས་ན་  
རྣམ་པར་གྲོལ་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ན་སྦྱིར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལས་མ་བྱུང་  
བམེད་པར་ལུང་དང་རིགས་པས་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་  
པ་རྟོགས་མ་རྟོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལས་གྲུབ་མཐའ་མཐོ་དམན་དུ་འགྱུར་ཏེ།  
གཞན་དུ་ན་གྲུབ་མཐའ་མཐོ་དམན་དུ་བཞག་པ་དེ་ལ་སྦྱང་རྟོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་  
སོགས་ཀྱང་ཡོད་པ་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །སྦྱང་བྱ་སྟོང་རྩུལ་ནི་སྦྱིར་སྦྱིབ་  
གཉིས་སྦྱང་བྱ་དང་དེའི་གཉེན་པོ་རྟོགས་པ་ཡི་ཤེས་དང་དེ་གཉིས་སྦྱང་ལུན་  
ལྟར་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་རྩུལ་གྱིས་གཉེན་པོ་སྦྱེས་པ་ན་དེའི་རོ་སྒྲལ་གྱི་  
སྦྱང་བྱ་འགག་ཅིང་མཐར་སྦྱང་བྱའི་ས་བོན་ཐ་བའང་ཟད་པར་འདོད་པ་སངས་  
རྒྱས་པའི་ཐེག་ཆེན་སྦྱ་བ་སྦྱིའི་ལུགས་སུ་གྲུབ་ཅིང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
རྟོགས་པས་ཉོན་སྦྱིབ་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པས་ཤེས་སྦྱིབ་སྟོང་བ་

ལའང་སེམས་ཅམ་ནས་ཐལ་འགྱུར་བའི་བར་དུ་བཞེད་པ་ལ་ཁྱད་མེད་ཅིང་  
བརྗོད་ཚུལ་སྤྱོད་མེད་མི་འདྲ་བ་ཡང་དོན་ཁྱད་མེད་པ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་ལ་མ་  
གྲི་གནད་ལ་དགོངས་པ་གཅིག་ཅེས་བརྗོད་དོ། །

དེ་ཡང་སྤང་བྱ་གང་ཡིན་ཡང་དེའི་ཀླན་བཏགས་སྟོན་དུ་མ་སྤངས་པར་ལྟན་  
སྟེས་སྤང་བ་མི་རིགས་ལ། ལྟན་སྟེས་ལའང་རགས་རིམ་ནས་སྤང་བའི་བར་དུ་  
ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་ཞིང་དེའི་མཐར་ཤིན་དུ་སྤང་བའི་བག་ཆགས་ཏིལ་ལ་  
མེ་ཏྲུག་གི་དྲིམ་གོས་པ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་མས་ཀྱང་ཟད་པར་སྤང་དགོས་པས་ན། བདེན་  
འཛིན་མཛོན་གྱུར་ས་བོན་དང་བཅས་པ་མ་སྤངས་པར་དུ་དེའི་བག་ཆགས་  
མི་སྤྱོད་བའི་བདེན་མོད་གྱི། བག་ཆགས་སྤྱོད་པ་ལ་མ་སྤྱུག་གི་བར་དུ་ཤེས་  
སྟོབ་གཏན་ནས་མི་སྤྱོད་བའི་མི་འཐད་དེ་གོང་དུ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ་བཞིན་  
ནོ། །ཉ་ཅང་སྟོས་པས་ཆོག་ཀྱང་རེ་ཞིག་མི་སྤྱོད། །དེས་ན་འདྲུག་པ་རང་  
འགེལ་ལས། ཉན་རང་ལ་ཉོན་སྤྱིབ་སྤྱོད་ཕྱིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་  
བསྟན་པ་དང་། དུང་སེམས་ལ་སྤྱིབ་གཉིས་སྤངས་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པ་ཐོབ་ཕྱིར་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་བསྟན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེས་ཉན་རང་ལ་  
ཆོས་མཐའ་དག་བདག་མེད་དུ་རྟོགས་པ་མེད་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཡོངས་  
སྤྱོད་གས་པར་རྟོགས་ན་ཤེས་སྤྱིབ་སྤྱོད་བར་ཡང་བསྟན་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་  
མིན་པར་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་སྤྱོད་ཉིད་དུ་མ་རྟོགས་ན་ཉོན་སྤྱིབ་སྤྱོད་མི་རུས་  
པར་བཞེད་ན་ཉན་རང་ལ་ཉོན་སྤྱིབ་སྤྱོད་ཕྱིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྟན་

ཅེས་གསུངས་མི་རིགས་ཏེ་དེ་ལའང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་བསྟན་ཅེས་གསུང་  
པར་རིགས་སོ། །ཆོས་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་རི་སྐལ་གྱི་གཉེན་  
པོ་མིན་ན་བྱང་མེས་ཀྱི་སྐབས་སུ་དེ་ཆེད་དུ་བཀར་ནས་གསུངས་པའང་ག་  
ལ་རིགས་ཏེ་བདག་མེད་གཉིས་པོ་དེ་ལ་ཚྗོགས་མ་ཚྗོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་སོ་  
སོར་བྱེད་ནས་བསྟན་པར་གསུངས་པ་དོན་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་ཐེག་པ་ཐུན་  
མོང་པ་དང་སྒྲོ་བསྟན་པ་ཙམ་མོ་སྟམ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ནའང་རང་གིས་སྤར་  
ཉན་རང་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་བཤད་པ་ཅི་ཞེས་དོགས་པ་བཅད་  
ནས་གསུངས་པས་རང་ལུགས་སུ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ། །འོ་ན་རི་ལྟར་ཤེས་  
པར་བྱ་སྟམ་ན་ལྷ་བ་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་བཞེད་ཉིད་ཀྱིས་གསལ་པོར་  
བྱས་ཏེ་ཉན་རང་རྣམས་ལ་སྟེན་ཉིད་འདི་པ་ཙམ་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཙམ་རྟོགས་  
པ་ནི་ཡོད་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེ་དག་གི་ཆོས་བདག་མེད་པ་སྟོམ་པ་ནི་ཡོངས་  
སུ་མ་ཚྗོགས་ལ་ཁམས་གསུམ་ཀུན་ཏུ་སྟོད་པའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་སྟོང་པའི་  
ཐབས་ཙམ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ནི་ཡོངས་སུ་ཚྗོགས་པ་ཡོད་པར་བཞག་  
གོ་ཞེས་གསུངས་པ་འདིས་གོང་དུ་རི་སྐད་བཤད་པ་ལྟར་རེས་པ་དག་ལ་ལྷ་  
བའི་བཞེད་པར་ཐེ་ཆོམ་གྱི་སྒྲག་མང་མེད་དུ་དང་བར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་  
ལུང་དོན་གྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཚུལ་སྟེ་ཆོགས་བྱུང་ཡང་དགོངས་པ་ལོན་མ་  
ལོན་ནི་ལུང་དང་རིགས་པའི་དབང་པོ་ལ་གཏུགས་པ་ལས་སོ་སོའི་ཞེ་འདོད་  
ཀྱི་ཆོག་ཙམ་གྱིས་དོན་ཅི་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །



ཚུལ་འདི་མདོ་མེ་རྒྱལ་ས་ལས་ཀྱང་གསལ་བར་གསུངས་ཏེ། མདོ་ལང་ཀར་  
གཤེགས་པ་ལས། གཞན་ཡང་སློ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ནི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་དང་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་མ་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར།  
ཆོས་བདག་མེད་པ་མ་རྟོགས་ཤིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བར་འགྱུར་བའི་ཤི་  
འཕོ་བ་མ་ཐོབ་པས་ཉན་ཐོས་རྒྱལ་ས་ལ་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་བརྟན་ཏེ་ཐེག་པ་  
གཅིག་ཏུ་མ་ཡིན་ནོ། །སློ་གྲོས་ཆེན་པོ་དེ་དག་ནམ་ཉེས་པའི་བག་ཆགས་  
ཐམས་ཅད་སྦྱངས་ཤིང་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་དེས་ནི་དེ་དག་བག་  
ཆགས་ཀྱི་ཉེས་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སྦྱོས་པ་མེད་པར་གྱུར་ནས་ཟག་  
པ་མེད་པའི་དབྱིངས་ནས་སྤྱར་ཟད་དེ། ཡང་འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ཡོངས་སུ་  
བསྐྱེད་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །  
ཞེས་དང་། ཆོས་དང་གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་དང་། སྒྲིབ་པ་  
གཉིས་ཡོངས་སུ་ཤེས་ཤིང་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་དང་། ཤི་འཕོ་རྒྱལ་པ་གཉིས་དང་  
བྲལ་བ་དང་། ཉན་ཐོས་པ་གཉིས་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར་སློ་གྲོས་ཆེན་པོ་སངས་  
རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་རྒྱལ་ས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སློ་གྲོས་ཆེན་  
པོ་ཆོས་དེ་དག་ནི་ཁོང་དུ་ཆུད་པས་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱང་སངས་  
རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་དེའི་ཕྱིར་སློ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་བཤད་  
དོ། །ཞེས་དང་། རྒྱན་སྐྱུག་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། ཆོས་ལ་བདག་མེད་

མཁའ་པ་ཡིས། །སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་སངས་རྒྱས་ལྔས། །བདེ་བར་  
གཤེགས་པའི་གནས་ཐོབ་སྟེ། །མངོན་སངས་རྒྱས་ཤིང་ཆོས་སྟོན་ཏོ། །ཡུང་  
པོ་གང་ཟག་བདག་མེད་པར། །རབ་ཏུ་རྣམ་བྱེ་མཐོང་གྱུར་ཅིང་། །ཆོས་ཀྱི་  
དངོས་ཡོད་མ་བཤིག་པར། །ཉན་ཐོས་དེ་དག་མངོན་རྟོགས་འགྱུར། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

གལ་ཏེ་འདི་སྐམ་ཏུ་ཆོས་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་མ་རྫོགས་  
ཀྱི་བྱད་པར་ནི་ཁྱོད་འདོད་པ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ་བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཉན་རང་ལ་ཡོད་ཀྱང་བདེན་མེད་དེ་རིགས་པའི་རྣམ་  
གངས་མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པ་མེད་ལ་ཐེག་ཆེན་པ་ལ་ཡོད་པའི་  
བྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲོ་བྱིན་ཏུ་རྒྱས་པར་འགྱུར་པའི་བྱད་པར་ཡིན་ལོ་ཞེས་  
མ་སྒྲིམ་སམ་སྒྲིམ་ན། སྒྱིར་བདེན་མེད་མངོན་སུམ་མ་མཐོང་བའི་མོས་སྦྱོད་  
ཀྱི་ས་ན་རིགས་པའི་རྣམ་གངས་ཏུ་མས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལེགས་པར་གཏན་ལ་  
འབེབས་ལུས་ན་སྒྲོ་ཡི་ལུས་པ་དེ་ཙམ་བཟང་བ་ཡིན་མོད་ཀྱི་རིགས་པ་དེ་དག་  
བདེན་མེད་ལ་ངེས་པ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་སམ་སྒྲོ་ཡིན་ལ་རིགས་པ་གང་ཡང་རུང་  
བ་གཅིག་གིས་ཀྱང་ངེས་པ་གཏིང་ཚོད་པ་རྟེན་པའི་ཆོན་རིགས་པའི་སྒྲོ་མི་  
འདྲ་བ་ཏུ་མ་ནས་བརྟགས་ཀྱང་རྟོགས་བྱ་དེ་ལ་སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་རྟོགས་  
རྒྱ་རེ་རེ་མི་སྤྱིད་དེ། ཚད་མ་མདོ་ལས། ཡང་ཡང་ཤེས་པ་འང་མ་ཡིན་ཏེ། །  
ཐུག་པ་མེད་འགྱུར་དྲན་སོགས་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོགས་བྱ་

གཅིག་གི་ལྷོག་པ་ནས་ཚད་མ་དུ་མས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་མི་  
 འདྲ་བ་ཡོད་ན་རྟོགས་བྱ་གཅིག་ཀྱང་ཚད་མས་ལོགས་པར་རྟོགས་པ་མི་སྲིད་  
 དེ། དེ་རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ལ་ཐུག་པ་མེད་པས་དེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པར་  
 མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་དུ་ལྷན་གྱི་ལ་ལ་དུ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་མེ་ཡོད་  
 དེས་སུ་རྟོགས་པ་ལ་སྒྲུང་ཡང་ཡིད་ཆེས་པའི་ཆོག་སོགས་ཀྱི་རྟགས་ལས་དེ་  
 ཡོད་པར་བསྟན་ཀྱང་རྟོགས་བྱ་སྒྲུ་མ་ལས་སྐྱེད་འདོན་རྒྱ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་བདེན་དོན་མཛོན་སུམ་མཐོང་བ་ལ་དེ་རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་རིགས་  
 པའི་རྣམ་གྲངས་རྒྱས་མི་རྒྱས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ལ་རྟོགས་མ་རྟོགས་སམ་བཟང་  
 འན་ཡོད་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། མེ་མཛོན་སུམ་མཐོང་ནས་སྒྲོ་འདོགས་ཚོད་  
 པའི་སྒོ་དེ་མེ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྟགས་མང་པོ་ཤེས་མི་ཤེས་ཀྱིས་བཟང་འན་དུ་མི་  
 འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །སྒྱིར་དེ་ཉིད་གཏན་ལ་འབེབས་བྱེད་རིགས་པའི་རྣམ་  
 གྲངས་སྒྲ་ཆོགས་ཤེས་མི་ཤེས་ཀྱི་སྒོ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་མོད་ཀྱང་། དེ་ནི་བཟོ་  
 གནས་སོགས་མང་པོ་དང་ཉུང་དུ་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་རི་སྟེད་པའམ་ཐ་སྟོད་སྟོན་  
 པའི་བསྟན་བཅས་ལ་མཁས་མི་མཁས་སུ་འགྱུར་གྱི་རི་ལྟར་མཛོན་སུམ་རྟོགས་  
 པའི་སྒོ་ཡི་བཟང་འན་དེ་ཅུམ་གྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་ཏེ། དཔེར་ན་  
 གནས་བཏན་རྟ་ཐུལ་གྱིས། རི་ལྟར་འཛིག་རྟེན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྒྱར་  
 བཅས་བྱེད་རྒྱར་ལྷན་འབྱུང་དང་། །ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ལན་  
 གཅིག་བརྗོད་པ་ལས་ཤུ་རིའི་བྱས་བདེན་པ་མཐོང་བ་དང་། ཤུ་རིའི་བྱས་

ཆོགས་བཅད་དེ་ལན་གཉིས་བརྗོད་པ་ལས་མོདླལ་གྱི་བྱས་བདེན་པ་མཐོང་  
 བ་ལྟ་བུ་ཐབས་ཉུང་ཏུ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་པ་སྦྱོས་པ་དེ་དང་། བྱིས་ཀྱི་ཉན་  
 ཐོས་པའི་ལམ་ཞུགས་དག་གིས་རིགས་པ་དུ་མས་བདེན་དོན་གཏན་ལ་ཐབ་  
 བས་རིང་མོ་ཞིག་ན་རྟོགས་པའི་རྟོགས་པ་གཉིས་ལས་མཆོག་ཟུང་གཉིས་ཀྱི་  
 རྟོགས་པ་དེ་བྱི་མ་ལས་དམན་པར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །རིགས་པའི་རྣམ་  
 གྲངས་ཉུང་ཏུ་ས་རྟོགས་པའི་རྟོགས་པ་དམན་ལ་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མང་  
 པོའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པའི་རྟོགས་པ་བཟང་ན། མགོ་སྒྲོས་པས་གོ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 རྟོགས་པ་དམན་ལ་རྣམ་པར་སྒྲོས་པས་གོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྟོགས་པ་བཟང་དགོས་  
 ན་དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ་དབང་པོ་རྣམ་པོའི་རྟོགས་པ་བཟང་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ཡང་དབང་པོའི་སྒྲོ་ནས་ཡིན་གྱི་རྟོགས་བྱེད་དམ་རྟོགས་ཐབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
 བོ་མ་ཡིན་ཏེ་རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་གང་གིས་རྟོགས་གྲུང་དོན་འདྲ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཞན་ཡང་ཉན་ཐོས་པ་དག་གིས་རིགས་པའི་སྒྲོ་ཉུང་ཏུ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་ཏུས་པའི་ཆེ་དེ་གཏན་ལ་འབེབས་  
 བྱེད་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཤེས་པར་ཡང་རིགས་ཏེ། རྟོགས་  
 བྱ་མཐའ་དག་མཛོན་སུམ་ཁོང་དུ་རྒྱད་ཏུས་པའི་སྒྲོ་ལུན་དེས་རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་  
 རིགས་པ་ཅུ་ཁྲི་དུ་རྒྱད་པ་ནི་སྒྲ་མ་ལས་གྲང་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་  
 ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་སྟོང་པོར་གྱུར་པ་རིན་ཆེན་  
 རིན་ཐང་མེད་པ་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྒྲོས་བྲལ་སྟོང་པ་ཉིད་

གྱི་དོན་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་ན་དེ་ཁོ་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདོ་དང་རྒྱས་  
 པ་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་འགྱུར་བ་དང་། གཞུངས་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་མདོན་  
 བར་ཤེས་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དང་ས་དང་མཐའ་  
 གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་ཐབས་མཁས་ལ་སོགས་པ་ལམ་དང་འབྲས་བུའི་  
 ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་སྤྱད་པར་གསུངས་པས་ན། དེ་གང་གི་རྒྱུད་ལ་ལྟན་  
 པ་ཙམ་གྱིས་དེ་དག་སྤྱད་པར་རིགས་པས་ན་ཉན་ཐོས་པ་ལའང་དེ་འདྲའི་  
 རྟོགས་པ་ཡོད་ན་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གྲང་འབྱུང་བར་རིགས་ཉེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྒྱུ་  
 བྱེད་ཀྱི་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་སྣ་ཆོགས་ཤེས་པ་ཙམ་ལྟ་ཅི་སྒྲིས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །འདི་ལྟར་ཉན་ཐོས་པ་དག་ཐེག་ཆེན་པ་ལས་དབང་པོ་ནི་རྩལ། ཆོགས་  
 བྱི་དམན། དེ་དག་གི་གཞུང་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པའི་སྒྲི་ནི་  
 མི་རྒྱས། རང་ཉིད་འཁོར་བ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་སུ་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་ཙམ་རྟོགས་པ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་ནས་བསྟན་པའི་སྟོང་ཉིད་  
 ལ་ནན་ཏན་ལྟར་མི་བྱེད་པས་གྲང་ཆེ་གཉིས་སམ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དུས་  
 གུང་དུས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐར་ཐུག་པ་མདོན་སུམ་དུ་མཐོང་བུས་ལ།  
 སྒྲ་མ་ལས་བསྐྱོག་པའི་ཡོན་ཏན་རབ་ཏུ་ཚང་བ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་  
 པའི་དབང་པོ་རྣམ་པོས་གྲང་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་གཅིག་གི་བར་དུ་བདེན་  
 དོན་མཐོང་མི་བུས་པ་ཅི་ཡིན་ཞེས་ཁྱེད་ལ་འདྲི་ན་མགོན་པ་གཟེངས་བསྟོད་  
 དེ་སྒྲ་བར་མཛོད་ཅིག ལྟར་དུ་རྟོགས་ན་སྒྲུམ་པའི་འདུན་པ་མེད་པ་ནི་མ་

ཡིན་ཏེ་ཆོ་འདི་ལ་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་གྱུར་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་  
འདོད་པའི་བྱང་མེས་ས་སྤྱད་མེད་དོ། །བརྩོན་པ་ཞན་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ་  
མཚོག་ཏུ་བརྩོན་ཀྱང་གངས་མེད་གཅིག་ཏུ་འགོར་བར་གསུངས་སོ། །ཤེས་  
རབ་དང་ཚོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་སོགས་ནི་ཐེག་ཆེན་པ་བཟང་ཞིང་དེ་དག་རྟོགས་  
པ་ལྟར་བའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་བྱུང་བའི་རྒྱ་མིན་པ་ནི་སྒྲིམ་མ་དགོས་སོ། །  
དེ་བཞིན་དུ་བདེན་པ་མཐོང་བའི་བྱང་མེས་ཀྱིས་སྤྱད་ཡང་གངས་མེད་གཅིག་  
གི་ཚོགས་གཉིས་བསགས་པའི་རང་འབྲས་ཀྱི་རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་  
འཛིན་ས་པོན་དང་བཅས་པ་སྟོང་བའང་ཉན་རང་གིས་དུས་ཤིན་ཏུ་བྱང་དུས་  
འགྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་བརྟེན་དགོས་སོ། །མདོ་ཙམ་བརྟེན་པའོ། །ཡང་སྤྱུལ་  
པའི་སྤྱུ་གང་གི་ཞལ་ནས། ཀུན་རྫོབ་དག་ནི་དོན་དམ་སྟེ། །འདི་ནི་བདེན་པ་  
གཉིས་སྤྱད་འདོད། །དོན་དམ་སྟོ་ཡི་སྟོད་ཡུལ་མིན། །སྟོ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་  
པར་འདོད། །ཅིས་རྒྱུད་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་བྱ་དབྱེ་གཞི་བྱས་ནས་དེ་  
ལ་བདེན་པ་གཉིས་སྤྱུ་གངས་ངེས་པར་བསྟན། །ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་བདེན་  
གཉིས་སོ་སོའི་ངོ་བོ་བསྟན་པའོ། །ཞེས་དང་། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་འང་  
བཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། གཉིས་སྤྱད་གི་སྟོའི་སྟོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་གང་ཞིག་སྟོ་  
དེས་རང་ཉིད་གཉིས་སྤྱད་དང་བཅས་པའི་རྩལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ནི་ཀུན་  
རྫོབ་བདེན་པ་དང་། གཉིས་སྤྱད་གི་སྟོའི་སྟོད་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པ་གང་ཞིག་  
རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོ་མངོན་སུམ་ཚད་མས་གཉིས་སྤྱད་ལུབ་པའི་

ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དོན་དམ་བདེན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་དང་།  
 འདིར་དང་སངས་ཀྱི་སྦྱོང་འཇུག་ཀྱི་ཀ་བྱེད་བ་ཁ་ཅིག་གིས་ལུགས་འདིའི་དོན་  
 འགེལ་བ་ན། དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དོན་དམ་བ་ནི་ཡོད་བ་དང་།  
 མེད་བ་དང་། གཉིས་ཀ་དང་། གཉིས་མིན་གྱི་མཐའ་ཀྱན་དང་བལ་བས་སྒོ་  
 ཡི་སྦྱོང་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒོ་དང་སྒྲ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཚིག་རྒྱུ་མ་དམ་བཅའ་དང་ཕྱི་མ་རྟགས་སུ་བྱས་ཏེ་འགེལ་  
 བ་ནི་མི་འཐད་དེ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་བ་ཡིན་ན་དོན་དམ་མི་འཇུག་པས་མ་  
 བྱུང་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན་དོན་དམ་བདེན་བ་ཆོས་ཅན། གཏུན་མེད་པར་  
 ཐུལ། སྒོའི་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་  
 ལ་ལྟོག་བ་ཐ་དད་མ་ཡིན་པར་ཐུལ། གཅིག་གོས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 མི་རུས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འགེལ་ལས། ཀྱན་རྫོབ་སྒྲོང་བ་ཉིད་དུ་བཤད། །  
 སྒྲོང་ཉིད་ཁོ་ན་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན། མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་པའི་ཕྱིར། །བྱས་དང་  
 མི་རྟག་དག་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྟོག་བ་ཐ་དད་  
 བ་མེད་ན་མི་འབྱུང་ངམ་བདག་གཅིག་གི་འགྲེལ་བར་ངེས་གིང་བྱས་དང་མི་  
 རྟག་བཞིན་ཡིན་པ་གསལ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ཡང་དེ་ཆོས་  
 ཅན། སྒོའི་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐུལ། འཇགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་གྱིས་  
 གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འཇུག་འགེལ་ལས། དེ་ལ་དོན་དམ་བ་ནི་ཡང་  
 དག་པར་གཟིགས་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་པར་གྱིས་ཡུལ་ཉིད་ཀྱི་བདག་

གི་རང་གི་ངོ་བོ་རྟེན་པ་ཡིན་གྱི་ཞེས་དང་། མདོ་ལས་བཙུག་ལྟར་འདས་གྱིས་  
སྟོང་པ་ཉིད་རབ་རྒྱ་གཟིགས་རབ་རྒྱ་མཁྱེན། ཞེས་དང་། ཚིག་གསལ་ལས་  
ཀྱང་། དེ་མེད་ན་བྱང་ཐེམས་རྣམས་གྱིས་པ་རོལ་རྒྱ་བྱིན་པའི་ལམ་སྟོན་པ་  
དོན་མེད་པར་ཐལ་བ་སོགས་གྱི་རིགས་པ་སྟེ་ཡུང་རིགས་གྱི་གཞོན་པ་བརྒྱུག་  
རྒྱུ་མེད་དོ། །

ཡང་ཁྱེད་གྱིས་དེའི་འོག་རྒྱ་ཐ་སྟོན་དུ་ནི་འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡུལ་ཅན་  
དང་ཚོས་གྱིད་བྱངས་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་  
རུང་གི་དོན་དམ་པར་དེ་བཞིན་ཉིད་གཟུང་བྱའམ་ཤེས་བྱ་ཡིན་སྟེ་ཚིག་དེ་  
དངོས་ཤུགས་མི་འགལ་ལམ་ཞེས་ཕྱོགས་སྟེ་བའི་རིགས་པ་ལ་ཟུར་བྱ་བ་སྟོན་  
དུ་སྟངས་ཡང་དེ་ནི་ཕྱོགས་སྟེ་བ་ལ་ཅི་ཡང་མི་གཞོན་པའི་ཁར་རང་གི་ནང་ཆ་  
སྟོན་པར་ངེས་ཏེ། ཕྱོགས་སྟེ་བས་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡུལ་དུ་འདོད་ཅེས་སྟེ་  
པ་ལས། དོན་དམ་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་གཟུང་བྱའམ་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཞེས་མ་སྟེ་  
པས་གཞོན་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་ལ། རང་གིས་དོན་དམ་བདེན་པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་  
མིན་དབྱེད་པ་དང་། དོན་དམ་པར་ཡོད་མེད་དབྱེད་པ་གཉིས་གྱི་སྐབས་མ་  
བྱེད་པའི་རང་མཚང་གིན་རྒྱ་གསལ་པོར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་འདི་དག་  
གིས་ཡུང་རིགས་སྟེ་མའི་གཞོན་བྱེད་བརྒྱུག་ཏེ་གོང་གི་འབྲེལ་དག་འཐད་པར་  
འགྱུར་སྟེ་མ་མི་འཐད་དེ། ཁྱེད་གྱིས་ཐ་སྟོན་དུ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཤེས་བྱར་  
འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདེན་གཉིས་གྱི་རྣམ་བཞག་ཀྱང་ཐ་སྟོན་དུ་བྱས་པར་



མངོན་ལ། འདོད་ཀྱང་དགོས་ཏེ་ཀྱན་རྫོང་གི་རྩམ་བཞག་ཐ་སྟོན་དུ་བྱེད་དགོས་  
 པ་གང་ཞིག་དོན་དམ་བདེན་པའང་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་བྱིར། ལྷ་མ་ལ་  
 དོགས་པ་མེད་ཅིང་། བྱི་མ་གྲུབ་སྟེ། རིགས་པ་དུག་རྩ་པའི་འབྲེལ་པ་ལས།  
 གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ནའང་རི་ལྟར་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་  
 གསུང་ཞེན། དེའི་བདག་ཉིད་དུ་འཛིན་རྟེན་ན་མི་སྤྱི་པའི་བྱིར་འཛིན་རྟེན་  
 གི་ཐ་སྟོན་ཁོ་ནས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པར་གསུངས་སོ་ཞེས་གསུངས་པའི་  
 བྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་དགོས་གིང་འདོད་ན་རྒྱལ་སྤྱི་ཆེན་པོའི་གསུང་ཆོག་རྒྱུ་  
 པ་གཉིས་པོ་དེ་དག་ཀྱང་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྩམ་བཞག་འཆད་བྱེད་ཡིན་པས་  
 བདེན་གཉིས་ཀྱི་ཐ་སྟོན་དུ་རྩམ་པར་བཞག་པར་འདོད་དགོས་ཏེ་རྒྱ་མཚན་སྤྱི་  
 མ་དེའི་བྱིར། ཆོག་རྒྱུ་མས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོན་དམ་པར་སྤོའི་ཡུལ་མིན་  
 པར་དམ་བཅའ་ཞེས་འབྲེལ་བ་ནི་གཏན་ནས་མི་འཐད་པ་ཉིད་དུ་གསལ་ལོ། །  
 དེས་ན་བདེན་པ་གཉིས་པོ་དེ་དག་གཉིས་སྤྱང་གི་སྤོའི་ཡུལ་ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲོ་  
 བས་འཆད་པ་ལས་འོས་མི་འདུག་སྟེ་དོན་ལ་གནས་པས་སོ། །ཁྱེད་ཀྱིས་  
 ད་དུང་འདིའི་གོང་འོག་རྩམས་སུ་འདི་དང་རིགས་མཐུན་པར་དགོས་མེད་ཀྱི་  
 དགག་བཞག་དང་། ལུང་དོན་ལ་དྲང་ངེས་སྒྲུབས་མ་བྱེད་པར་བྱིན་ཅི་ལོག་  
 ཏུ་འབྲེལ་བ་ནི་ཆེས་མང་ཡང་དོན་གྱི་སྤྱིང་པོས་དབེན་བྱིར་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་  
 དུ་མི་ལངས་སོ། །གཞུང་ལུགས་ཟབ་མོར་དཔྱད་པའི་སྒྲོ་སྟོབས་ཞན། །  
 འཕྲིགས་བཤད་ལྷགས་པའི་གཤོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས། །ཟབ་དོན་གནམ་

འཕང་གཅོད་དུ་སྒྲོན་པ་རྣམས། །དབྱད་གསུམ་འཕང་ལ་གཞལ་ཆོ་རང་  
མཚང་ངོམས། །ཞེས་བྱས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་སུན་འབྱིན་བརྗོད་པར་  
བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་དེ་དག་གིས་གནོད་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
ལན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་གཉིས་སྒྲུང་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྒྲེའི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་  
བར་བྱས་ནས་འཆད་པ་ལ་སྒྲོན་མེད་མོད། གཞུང་ཆོག་བཙུག་མེད་ལྟར་སྟ་  
རབས་པའི་འཆད་ཚུལ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་འཆད་ཚུལ་ཅིག་གོས་དང་གནད་མཐུན་  
ལ་སོ་སོའི་ཞེ་འདོད་ཀྱི་བཞེད་པ་སྒྲོན་མེད་རེ་ཡོད་པས་གང་ཡང་རིགས་པ་  
རྣམ་དག་གིས་སུན་སྒྲུང་ས་མི་རྣམས་པར་མཐོང་ངོ་། །ཇི་ལྟར་གནད་མཐུན་ན་  
ཐ་སྐད་དུ་དོན་དམ་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཞིག་སྒྲེའི་ཡུགས་ལའང་ཡོད་པ་སྒྲོས་མ་  
དགོས་ལ། སྒོ་དེའང་གཉིས་སྒྲུང་མེད་པའི་ཁྱད་བར་དང་བཅས་པ་སྒྲེའི་ཡུགས་  
ལའང་ཡིན་པས་ན་དོན་དམ་མངོན་སུམ་རྟོགས་པའི་སྒོ་རང་གི་ཚུལ་ལ་གཞལ་  
ན་སྟལ་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲུང་བ་དང་དེ་ལ་ལྟོས་པའི་སྒོའི་རྣམ་པ་མེད་པར་སྒྲོས་  
པ་ཉི་བར་ཞི་བ་གང་ཞིག་ཐ་སྐད་ཀྱིས་ཇི་བཞེན་དུ་བསམ་པར་དཀའ་བ་ཉིད་  
དུ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངོ། །

དེ་ལྟར་མིན་པར་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱབ་བཞེན་པའི་སྒོ་རང་ངོར་ཡང་ཡུལ་དང་སྒྲེའི་  
རྣམ་པ་ཡོད་པར་འདོད་ན་གཉིས་སྒྲུང་མེད་པར་ཡང་ཇི་ལྟར་འགྱུར། དོན་  
ལ་གཉིས་སུ་ཡོད་ཀྱང་དེར་མ་སྒྲུང་བ་ཅུམ་ཡིན་ན་ནི་དོན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཇི་  
ལྟ་བུ་བཞེན་རྟོགས་པའི་སྒོར་མི་འགྱུར་ཏེ་གནས་སྒྲུང་མི་མཐུན་པའི་བྱིར་ངོ། །

དེ་བས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་དེ་བཞིན་ཉིད་བརྗོད་པ་དང་བྲལ་བའི་དོ་  
 བོར་གཉིས་སུ་མེད་པར་གནས་སུ་ཟིན་ཀྱང་ལུས་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་  
 མ་རྟོགས་པ་ལམ་གོམས་སྟོབས་ཀྱིས་བསལ་ནས་ད་ལྟ་མངོན་དུ་མཐོང་བ་  
 ཡིན་པར་རིགས་པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ན་ཐ་སྟད་  
 གྱིད་བང་དུ་བྱས་ཏེ་དོན་དམ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པ་དང་ཡུལ་ཡིན་པ་སོགས་ཇི་སྟེད་  
 གསུངས་པ་དང་། མཉམ་བཞག་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པ་  
 དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ལ་སོགས་པའི་  
 སྟོས་པའི་དྲ་བ་གང་ཡང་མེད་པར་བརྗོད་བྲལ་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་  
 བའི་དོན་ཟབ་མོ་བསྟན་པ་དེ་དག་སོ་སོའི་དགོངས་པ་བཞིན་དུ་འཛིག་མ་ཤེས་  
 པར་གསུང་རབ་ཀྱི་གཞུང་ཕྱོགས་གཅིག་ཁོ་ནར་ཞེན་ན། མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས།  
 དོན་སྣེ་ཇི་བཞིན་ཡོངས་རྟོག་ན། །བདག་ཉིད་སྟེ་མས་ཤིང་སྟོ་ཉམས་འགྱུར། །  
 ལེགས་པར་གསུངས་པའང་སྤངས་པས་ན། །བརྒྱུ་འགྱུར་ཆོས་ལ་ཁོང་ཁྱོས་  
 སྟེ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡང་ན་དོན་དམ་ཡུལ་མིན་པས་དེ་རྟོགས་བྱ་  
 མིན་ཞིང་གཏན་ལ་འབེབས་སུ་མེད་པར་ཁས་ལེན་པའམ། ཡང་ན་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྱལ་བའི་དོན་ལ་རྟོག་གཏི་བསམ་པས་བྱལ་བར་བྱས་ནས་དེ་འདྲའི་  
 རྒྱལ་དུ་སྟོས་པ་ཉི་བར་ཞི་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་དོན་བཤད་པས་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པའི་གསུང་གི་གནད་ཐམས་ཅད་ཉམས་པར་བྱེད་ལ། དེས་ནི་ལྟར་  
 རྣམ་ཇི་ལྟར་མངོས་པར་བཤད་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་གྱི་གནད་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་སྟོག་

དང་བྲལ་བར་བྱས་པའི་ལུས་ལ་རྒྱན་འདོགས་པ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་ཡང་དག་  
 བར་ཕན་བར་མི་འགྱུར་བས་ན་རྩྱལ་འདི་ལ་བོད་སྤྱིའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དོན་དམ་པ་ནི་གཉིས་ཏེ་རྣམ་  
 གངས་པ་དང་། རྣམ་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་མོ། །དང་པོ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་  
 ཏུ་སློའི་ཡུལ་ཏེ་དེ་ནི་བདེན་སྟོང་གི་ལྷོག་པ་ཙམ་ཡིན་པས་སློའི་བྱེ་བྲག་ཡིད་  
 རྟོག་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་ཙམ་མོ། །དེ་དོན་དམ་མཚན་ཉིད་པ་མིན་ཀྱང་དོན་དམ་  
 རྟོགས་པའི་སྒྲིབ་ཀྱང་པའི་ཕྱིར་མཐུན་པའི་དོན་དམ་མམ་རྣམ་གངས་པའི་དོན་  
 དམ་ཞེས་གཞུང་རྣམས་སུ་བརྟེན་གདགས་པར་མཛད་དོ། །དེ་འདྲའི་བདེན་  
 གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ཡ་གྲུལ་གྱི་བདེན་སྟོང་དང་རྟོན་འབྱུང་གི་སྣང་བ་གཉིས་པོ་  
 ལྷོག་པ་ཙམ་གྱི་ཆ་ནས་ཐ་དད་ཀྱང་། རི་ལྟར་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་དོན་གྱི་  
 དངོས་པོའི་སྟེང་ན་ཐ་དད་མེད་པ་བཞིན། སྟོང་དང་སྣང་བ་གཉིས་པོ་ངོ་བོ་  
 དབྱེར་མེད་པའི་རང་བཞིན་མཐའ་གང་དུ་འང་མི་གནས་པ་བཅོས་མིན་གསུངས་  
 ཀྱི་གནས་ལུགས་དེ་ལ་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་དམ་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་  
 ཅས་བྱ་སྟེ། རིམ་ལྡེ་ལས། ཀུན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་དག །སྤྱི་སྤྱིའི་ཆར་ནི་  
 ཤེས་གྱུར་ནས། །གང་དུ་ཡང་དག་འདྲེས་གྱུར་བ། །ཟུང་དུ་འཇུག་པར་དེ་  
 བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་བརྗོད་བྲལ་སྤྱི་སྤྱི་  
 རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་དེར་བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རང་ལྷོག་ནས་ཐ་དད་ན་ཡང་གང་དུ་

ངོ་བོ་གཅིག་པའི་ངོ་བོ་དེ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་དོན་དམ་གྱི་ངོ་བོ་ཞེས་བརྗོད་དེ། དོན་  
 དམ་པའི་ངོ་བོ་མངོན་སུམ་མཐོང་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་ཞེས་སོགས་གསུངས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ལ་རྣམ་གྲངས་མིན་པ་དང་། གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་  
 པ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། ཡང་  
 དག་པའི་མཐའ་ལ་སོགས་པའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དུ་མས་བརྗོད་པར་མངོན་  
 དོ། །ཆོས་ཅན་སོ་སོའི་སྟངས་ཀྱི་བདེན་གྲུབ་བཅད་ཅུམ་གྱི་ལྷག་ཆ་དེ་དོན་དམ་  
 ཅུམ་ཡིན་ཀྱང་དོན་དམ་མཐར་ཐུག་པ་མིན་ཏེ། མེད་དགག་ཅུམ་དང་། ལྷག་  
 པ་ཅུམ་དང་། རྟག་པའི་གཟུགས་བརྟན་ཅུམ་དང་། ཉི་ཆེ་བའི་ཆོས་ཅུམ་ཡིན་  
 པས་ན། མཐའ་ཐམས་ཅད་ལ་མི་གནས་པའི་ཆོས་ཉིད་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲིས་  
 པ་ལས་འདས་པ་གང་ཞིག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྟོང་ཡུལ་ཅན་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་མི་རུང་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་སྟོང་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་མིན་དབྱེད་  
 པ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་རྣམ་གྲངས་མིན་པ་ལ་བརྗོད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་  
 དམ་ལ་བརྗོད་དོན་མེད་དེ། རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ནི་ལས་དང་བོ་  
 པས་སྟོང་ཉིད་ལ་ཟེམ་གྱིས་འདུག་པའི་སྐབས་སུ་རྟོག་ངོར་བྱས་པ་ཅུམ་ལས་  
 འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་རྟོག་བྱལ་ལྟ་བུ་གཉིས་སྒྲུབ་རུབ་པའི་སྟོ་  
 ལ་ཁོ་འདྲ་བ་རྒྱ་བའི་ས་ག་ལ་ཡོད་དེ། འཁོར་ལོས་སྒྲུབ་པའི་ཁྲི་ལ་མུ་ཉི་བ་  
 འདུག་པའི་དབང་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །རི་རྩུབ་ཞེན་འཕགས་པ་སྟོབ་པའི་  
 མཉམ་བཞག་སྒྲུབ་མེད་དེས་གཉིས་སྒྲུབ་རུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྟོང་ཉིད་མངོན་

དུ་བྱས་པའི་ཆོ། དེའི་ངོར་ཆོས་ཅན་བུམ་སོགས་ཀྱང་མི་སྣང་། དགག་བྱ་བ་དེན་  
གྲུབ་གྱི་ནམ་པར་འཛིན་པ་འདར་མེད་ན་རི་ལྟར་ན་བདེན་མེད་ཅེས་པའི་ལྟོག་  
པ་དེ་ཡུལ་དུ་བྱེད་དེ། བདེན་མེད་ཅེས་པའི་འཛིན་སྟངས་གྱི་ཡུལ་དེ་ནི་དགག་  
བྱ་བ་དེན་གྲུབ་བཅད་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ཡིད་ངོར་འཆར་གྱི་སྒྲུབ་པ་རང་དབང་  
པའི་ཚུལ་དུ་འཆར་བ་མི་སྲིད་དོ། །

གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་དང་དགག་བྱ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཡུལ་དུ་གར་ན་དོན་དམ་པ་  
རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་གཞན་སྟོང་པ་དག་དགག་པའི་འོས་སུ་འགྱུར་  
རོ། །གཞན་ཡང་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་རྗེས་དབག་གམ་དོན་དམ་མངོན་སུམ་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་འདི་ཞེས་རྟེན་པ་འཕམ་གཟིགས་སོ་ཞེས་  
ནན་གྱིས་ཁས་ལེན་པ་དེ་དག་གིས་གཞན་སྟོང་རི་ལྟར་བཀག་ཀྱང་རང་གི་  
ཞེ་སྟག་གཞན་སྟོང་གིས་དབང་བྱས་པ་མ་ཆོར་བ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། །དེས་  
ན་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྟོག་པ་མེད་པས་དོན་དམ་བདེན་པའི་རང་མཚན་  
གཟིགས་པ་དེ་ནི་མཐའ་ཀྱང་གྱིས་སྟོང་པའི་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་བརྗོད་བྲལ་  
གྱི་གནས་ལུགས་དེ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཟིགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ལྟ་བུའི་དོན་དམ་དེ་ཡང་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་ཙམ་ནི་སྐབས་  
འདིར་དབྱེད་མི་དགོས་ཏེ་དེ་ལ་དོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ན་  
འདིར་དོན་དམ་པ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོན་དམ་གཏན་  
ལ་འབབས་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་ཐ་སྙད་ཙམ་དུ་འདར་ཡུལ་མིན་པ་ནི་སུས་ཀྱང་

ཤེས་སུ་མི་རུང་བའི་བྱིར་དེ་གཏན་ལ་འབབས་པ་མི་སྤྲིད་པའི་བྱིར་ན་དོན་  
དམ་པ་སྤྱོད་ཡུལ་མིན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་ཐ་སྙད་བཏགས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པ་  
འགོག་པའི་དོན་དུ་གོ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

འོ་ན་ངེ་ལྟར་ཡིན་སྟམ་ན་དོན་དམ་གཏན་ལ་འབབས་ཤིང་རིགས་པས་བདེན་  
སྟོང་དུ་བསྒྲུབ་པའི་ཆོ་བསྒྲུབ་བྱ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྟོན་ཡུལ་ཅན་  
དུ་བཟུང་ནས་དོན་དམ་སྟོས་པ་ལས་འདས་པར་རྟོགས་དཀའ་བས་ན་དེ་ལྟར་  
བསྟན་ཏེ། དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་བལྟ་བར་བྱར་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ན།  
འཛིག་རྟེན་ན་མིག་ནམ་མཁའ་ལ་གཏོད་ཅིང་ལྟ་བར་བྱེད་པ་ཅམ་མེད་ཅེས་  
བརྗོད་དོན་མེད་ལ་ཡོད་ཅེས་ཀྱང་བརྗོད་མི་དགོས་ཏེ་མ་བརྗོད་ཀྱང་དེས་ཟེན་  
པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ཆོག་དེས་འཛིག་རྟེན་ན་ནམ་མཁའ་ལ་བལྟ་བར་བྱེད་  
དོ་ཟེར་ཀྱང་ཡང་དག་པར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་གཟུགས་གང་ཡང་མེད་པས་བལྟ་  
བར་བྱར་མེད་ཅེས་བརྗོད་པའི་དོན་ཡིན་པ་དང་འདྲ་བར་དོན་དམ་པ་ནི་དམིགས་  
པའི་སྟོན་ཡུལ་ཀུན་གྱིས་སྟོང་པའི་བྱིར་སྟོས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་མིན་  
ཞེས་སྟན་ཏེ། མདོ་ལས། ནམ་མཁའ་མཐོང་ཞེས་སེམས་ཅན་ཆོག་ཏུ་རབ་  
བརྗོད་པ། །ཞེས་དང་། དོན་དམ་པ་མཐོང་བ་ནི་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་བའི་ཆོག་  
སྒྲ་དཀག་སོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚུགས་བསྟན་པ་  
ཞེས་པའི་མདོ་ལས། འཇམ་དཔལ་སྤྲུལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་མཉམ་པ་མེད་  
ལ་གཉིས་སུ་མེད་ཅིང་གཉིས་སུ་དབྱར་མེད་པར་མཐོང་བ་འདི་ནི་ཡང་དག་

པའི་ལྟ་བའོ་ཞེས་དང་། ཅུ་བ་ཤེས་རབ་ལས། གཞན་ལས་ཤེས་མིན་གི་བ་  
དང་། སྒྲིས་པ་ནམས་ཀྱིས་མ་སྒྲིས་པ། རྣམ་རྟོག་མེད་དོན་ཐ་དད་མེད། །  
དེ་ནི་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་དོ། ཞེས་དང་། བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལྟོག་བ་སྟེ། །  
སེམས་ཀྱི་སྒྲིད་ཡུལ་ལྟོག་པས་སོ། །མ་སྒྲིས་པ་དང་མ་འགགས་པ། ཆོས་  
ཉིད་མུ་ངན་འདས་དང་མཚུངས། ཞེས་དང་། སྒྲ་གཅན་འཛིན་གྱིས་ཡུམ་ལ་  
བརྗོད་པ་ལས། སྒྲ་བསམ་བརྗོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན། མ་སྒྲིས་མི་  
འགག་ནམ་མཁའི་ངོ་བོ་ཉིད། སོ་སོ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སྒྲིད་ཡུལ་བ། འུས་  
གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །  
ཟབ་མེད་དོན་བཤད་པ་ལ་སྒྲག་ནས་མ་གྲུས་པའི་ཆོག་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ་  
རང་གི་ནང་གི་དེ་ཉིད་བརྟན་པ་ཙམ་ལས་དོན་དམ་ཟབ་མོ་སུས་ཀྱང་མི་ཞེགས་  
ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ལ་རྒྱབ་གྱིས་ཕྱོགས་པའི་ཉེས་བཅད་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །  
དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིས་བྲལ་གྱི་གནས་ལུགས་དེ་ཡང་དག་པར་ནི་དམིགས་པར་བྱ་  
བའི་ཡུལ་གང་ཡང་མིན་ན་རི་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་སྟམ་ན།  
རི་སྐད་དུ། གང་ཆེ་སྒྲེ་མེད་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྒྲོ་ཡང་སྒྲེ་བ་དང་བྲལ་བ། །དེ་  
ཆེ་དེ་རྣམ་བརྟན་ལས་དེ་ཡིས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། །རི་ལྟར་སེམས་ནི་  
གང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་གྱུར་བ་དེ་ཡིས་ཡུལ། །དེ་ཡོངས་ཤེས་པ་དེ་བཞིན་ཐ་  
སྟོད་ཉེ་བར་བརྟན་ནས་རིག་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། ཡེ་ནས་  
སྒྲིས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་གནས་ལུགས་དེའི་ངང་དུ་སྒྲིས་པའི་བྲ་བ་



མཐའ་དག་ལོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་མེད་པར་འདྲ་  
གསལ་བ་ཤིན་ཏུ་མཚན་པར་དཀའ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ནོ། །རི་རྒྱུད་བཤད་  
བ་དེ་ལྟ་བུའི་དབང་གིས། རྟོན་དམ་སྟོ་ཡི་སྟོང་ཡུལ་མིན། །སྟོ་ནི་ཀུན་རྫོང་  
ཡིན་པར་འདོད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། རྟོན་དམ་དེ་སྟོང་སྟོང་ཡུལ་མིན་པར་  
བརྟུན་དེ་རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་ན། རང་རོང་སྟོང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྟོ་ནི་ཀུན་རྫོང་  
པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །ཞེས་དོན་དམ་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་  
ཡུལ་ཀུན་ཡོངས་སུ་བྲལ་བར་བསྟན་ཏེ། དེ་འདྲའི་སྟོང་ཡུལ་མ་བྲལ་ན་ཀུན་  
རྫོང་ཏུ་འགྱུར་བར་བསྟན་བ་དེས་གཉིས་སྒྲུབ་མེད་པའི་སྟོས་རྟོགས་སོ་ཞེས་  
མིང་ཙམ་ཞིག་བརྟུན་པ་མིན་པར་གཉིས་སྒྲུབ་མེད་པས་རྟོགས་ཚུལ་གཏན་  
ལ་ཐབ་པས་དོན་དམ་པ་ཤེས་པར་འདོད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་གཏན་ལ་དབབ་  
མ་ཤེས་པར་གཉིས་སྒྲུབ་མེད་པའི་སྟོས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་  
ནི་དོན་དམ་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ཙམ་བརྟུན་ཀྱང་། དེ་ཙམ་རང་རིག་ལའང་  
ཡོད་པར་གཞུང་གཞན་ནས་འདོད་པས་དོན་དམ་པ་ཤིན་ཏུ་གཏན་ལ་དབབ་  
པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་རྟུང་པ་སྒྲུབ་དམ་བཅའ་དང་བྱི་མ་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་  
བྱས་པ་འདི་རྒྱ་འགྲེལ་རྣམས་ལས་གསུངས་ལ་དོན་ཟབ་མོ་སྟོན་པ་ཡིན་པས་  
ཆེས་འཐད་དོ། །དེ་ལྟར་མཚན་མར་དམིགས་པའི་སྟོང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྟོ་ཀུན་  
རྫོང་པ་དེས་དོན་དམ་གྱི་རང་མཚན་མི་འཇལ་བར་བཤད་ཀྱང་ཉེས་པ་ཅི་ཡང་  
མེད་དེ། རང་རོང་མཚན་མའི་སྟོང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྟོ་དེ་དོན་ལ་གཉིས་སྒྲུབ་གི་

སྒྲོལ་བ་དང་མ་བུལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་དོན་དམ་དངོས་སུ་རྟོགས་པ་ལ་སྒྲོ་  
དང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་འཕམ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡང་མེད་  
པར་བསྟན་པ་ཡིན་ལ་དེ་ལྟར་གནས་ལུགས་དཔྱད་པའི་རིགས་པས་ཀྱང་བྱུང་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ན་དོན་དམ་མི་འཇལ་བར་ཁས་སྤངས་  
ཀྱང་། དེ་ལྟར་སྒྲོ་བ་དེ་དག་གི་ལུགས་ལ་དོན་དམ་བདེན་པ་གཏན་མེད་རྒྱ་  
ཐལ་བ་དང་། བདེན་གཉིས་ཐ་དད་རྒྱ་བཞག་རྒྱ་མེད་པ་དང་། འཕགས་པའི་  
ཡེ་ཤེས་གིས་དོན་དམ་མི་གཞལ་བར་ཐལ་བ་སོགས་སྒྲོན་གང་ཡང་མེད་དེ།  
སྒྱིར་བདེན་གཉིས་འཛོག་ཚུལ་ལ་མདོ་དང་བསྟན་བཅས་ཆེན་པོ་རྣམས་ལས་  
ལུགས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སུ་གསུངས་ཏེ།གང་ཞེན་གནས་ཚུལ་དོན་དམ་དཔྱད་  
བྱེད་དང་སྒྲུང་ཚུལ་ཐ་སྟན་དཔྱད་བྱེད་གྱི་ཆད་མས་རྟོག་དོན་ལ་བདེན་གཉིས་  
སོ་སོར་འཛོག་པ་དང་། ཡང་གནས་ཚུལ་དང་སྒྲུང་ཚུལ་མི་མཐུན་པར་གྱུར་  
པའི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཀ་ཀུན་རྫོབ་དང་། གནས་སྤང་མཐུན་པར་  
གྱུར་པའི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་བདེན་པར་འཛོག་པའི་  
ལུགས་གཉིས་ལས། རྟོགས་སྒྲོ་བ་དེ་དག་གིས་ལུགས་སྒྲིམ་འདི་ཞལ་གྱིས་  
བཞེས་པའི་ཕྱིར། དེའི་ལུགས་ལ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ན་དོན་དམ་མི་  
འཇལ་བས་བྱུང་ཀྱང་དེ་འཇལ་གྱི་སྒྲོ་དང་དོན་དམ་གཏན་མེད་རྒྱ་མི་འགྱུར་ཏེ།  
དོན་དམ་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡེ་ཤེས་གང་ཞིག་དོན་དམ་བདེན་པའི་མིང་ཅན་དེས་

འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དག་གི་ལུགས་ལ་བདེན་གཉིས་ཀྱང་གཅིག་པ་  
 བཀག་པའི་ཐ་དད་ཏུ་བཞེད་དོ། །དེས་ན་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པའི་  
 བྱེད་པར་མ་ཤེས་པར་གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུའི་རྒྱས་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་  
 ལ་ཕྱོགས་རེར་ཞེན་པ་ཁྲོན་པའི་རུས་སྤལ་གྱི་རྣམ་ཐར་ནི་མཁས་པ་ལ་མི་  
 མཛེས་སོ། །འདི་འདྲའི་ལུགས་འདི་བྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ་རྗེ་  
 ཙོང་ཁ་པས་ལམ་རིམ་དུ་ཡང་དེ་ལྟར་ལུགས་གཉིས་ཡོད་པར་བཞེད་པ་གསལ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཁས་སྐྱབས་ན་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བའི་བཞེད་པ་དང་ཡང་  
 ཆེས་མཐུན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ཀུན་  
 རྒྱུ་བ་བདེན་པ་འཛིན་ཅིང་དེ་མཐོང་བ་རྒྱུན་པ་དང་དོན་དམ་པ་ནི་མཐོང་བ་  
 ཡང་དག་པར་གསུངས་པ་དང་གནད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །

རི་རྒྱན་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཡང་དག་པའི་དོན་དུ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ལ་སོགས་  
 པ་དམིགས་པའི་སྒྱུད་ཡུལ་ཐམས་ཅད་སྐྱབས་པ་དོན་དམ་པའི་ཚུལ་བརྗོད་  
 པར་འདོད་པའི་ཆེ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡུལ་མིན་པར་བརྗོད་པ་  
 ལ་འགལ་བ་མེད་དེ། མདོ་ལས་ཀྱང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཚོག་དང་  
 ལྷན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ལས་ཀྱང་འདས་པར་གསུངས་  
 པ་དང་། ལུས་དང་དག་དང་སེམས་ཀྱི་སྒྱུད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་ན་དེ་ཀུན་རྒྱུ་བ་  
 པའི་གངས་སུ་གཏོགས་ཀྱི་དོན་དམ་པར་མི་བགང་བར་གསུངས་པ་དང་། དོན་  
 དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་གང་ལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བའང་མེད་ན་ཡི་གེ་རྣམས་ལྟ་སྒྲོས་

ཀྱང་ཅི་དགོས། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་  
 དམིགས་པ་མཐའ་དག་ལོག་ན་རྟོགས་རྒྱ་ཅི་ཡང་མིན་དམ་སྟམ་དུ་སྒྲིམ་བྲལ་  
 གི་ཕྱོགས་མ་ཤར་བའི་ནང་གི་དེ་ཉིད་གསལ་པོར་བསྟན་པའི་ཆོག་སྒྲུབ་པར་  
 མི་བྱ་སྟེ་ཟབ་མོའི་མདོ་སྟེ་འཛིན་པར་རྫོམ་ཡང་ཟབ་དོན་ལ་རྒྱབ་གིས་ཕྱོགས་  
 པའི་རང་མཆང་རྟེན་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དམིགས་མེད་དུ་  
 བསྟན་པ་དང་སྒྲིམ་པ་བྲལ་བར་བསྟན་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་གྲུབ་  
 དང་དོན་དམ་པ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་བར་སྦྱར་ནས་དོན་ལ་རྟོག་གའི་སྒྲིའི་ཡུལ་དུ་  
 བདེ་བར་འཆར་རྒྱ་ཞིག་ཁོ་ན་ལ་མདོ་དང་རྒྱུད་སྟེའི་དོན་མཐའ་དག་བཀྲལ་  
 བར་མི་བྱ་སྟེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྟེའི་བསྟན་དོན་ཐུན་མིན་རྟོག་གསལ་བསམ་གྱིས་  
 མི་བྱུབ་པ་རྒྱུར་མཐོང་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཟབ་མོའི་སྦྱོང་ཡུལ་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱབས་ནས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྦྱོང་ཡུལ་འབའ་ཞིག་ངེས་དོན་དུ་བྱས་པས་  
 སྟོན་པ་དང་བསྟན་པ་ལ་སྤྱི་ཞུས་བྲལ་པ་ཡིན་ནམ་བསམ་པར་བྱའོ། །དེ་སྤྱིད་  
 བདག་ལྟ་བུ་རྟོག་གའི་དབྱུང་དོར་ཡང་གོ་ཡུལ་སྤྲ་ཆོགས་འཆར་འདུག་ཀྱང་  
 གཞུང་གི་རྣམ་བཤད་རྩེད་ཟུང་མེ་བྱིས་པའི་ཆོག་ཞུང་དེ་དག་གི་དོན་ལ་འདི་  
 ཞེས་བཞེད་པ་སྟོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་པ་མངའ་བའི་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
 གསུང་བཞིན་འཛིན་པ་ལས་གསུང་ན་མེད་བཞིན་རང་བཞོས་བཤད་པ་རྩེད་  
 ཟུང་ཀྱང་བཞུད་མི་རུང་བར་ནན་ཏན་དུ་བསམ་པ་ཡིན་ལགས་ཏེ། སྤྱི་བདེན་  
 དབྱིག་གཉེན་གྱིས། སྟོན་པ་འཛིན་རྟེན་མིག་ནི་རྩམ་གྱུར་ཅིང་། །དཔང་

ལྷུང་སྒྲེ་བོ་ལལ་ཆེར་ཟད་པ་ན། །དེ་ཉིད་མ་མཐོང་རང་གར་ལྷུང་པ་ཡི། །  
 རན་རྟོགས་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་འདི་དགྲལ་སོ། །རང་བྱུང་རང་བྱུང་བསྟན་  
 པ་གཅེས་འཛིན་རྣམས། །མཆོག་རྒྱ་ཁིར་གཤེགས་འགོ་མགོན་མེད་པ་ན། །  
 འདོམས་མེད་ཡོན་ཏན་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དྲི་མས་དགའ་མགུར་དེར་  
 སང་འདི་ན་སྒྲོད། །དེ་ལྟར་ཐུབ་པ་དག་གི་བསྟན་པ་ནི། །སྒྲོག་མར་སྒྲོག་ཕྱིན་  
 འདྲ་དང་དྲི་མ་རྣམས། །སྒྲོབས་དང་ལྷན་པའི་དུས་སུ་རིག་ནས་ནི། །ཐར་པ་  
 འདོད་པ་དག་གིས་བག་ཡོད་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པའང་དྲན་ནས་འདི་སྒྲུང་དུ།  
 བདག་འདྲ་དུས་ཀྱིས་མནར་བའི་གང་ཟག་གིས། །ཟབ་དོན་བརྗོད་ཀྱང་ཉན་  
 མཁན་དགའ་མོད་གྱི། །རྣམ་དཀར་བསམ་པ་སྟོན་དང་བསྟན་པ་ལ། །སྒྲོགས་  
 པའི་རང་ཚུལ་རྒྱལ་རྣམས་མཁྱེན་པར་མཛོད། །ཅེས་ཀྱང་སྒྲུས་སོ། །གོང་དུ་  
 བརྗོད་པ་དེ་ལྟར་དོན་དམ་སྒྲེའི་སྒྲོད་ཡུལ་མིན་ཞེས་པ་ལ་བཞེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན། །དོན་དམ་གཉིས་  
 ལྷང་དང་བཅས་པའི་སྒྲེའི་ཡུལ་མིན་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ། །གཉིས་ལྷང་དང་  
 བཅས་པའི་སྒྲོས་དོན་དམ་གཏན་ལ་འབེབས་མི་རིགས་པར་ཐལ། །དེའི་  
 ཡུལ་མིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་དོན་དམ་པའི་རང་མཆོན་གཉིས་ལྷང་  
 དང་བཅས་པའི་སྒྲེའི་ཡུལ་མིན་པའི་བྱེད་པར་གྱི་བཞེད་པའི་དབང་གིས་སྒྲོན་  
 མེད་པར་སྟོན་པ་བཞེན་དུ། །དོན་དམ་པ་སྒྲེའི་ཡུལ་མིན་པར་བཤད་པའང་  
 དོན་དུ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་མེད་པའི་གཟིགས་པས་རྟོགས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི་

སྤྱིར་ཡུལ་ཡིན་པ་ཙམ་འགོག་པའི་དོན་དུ་མི་འགྱུར་བས་གང་ལྟར་བཤད་ཀྱང་  
དོན་ལ་རྟོན་པར་བྱས་ན་བཞེད་པ་མཐུན་ཞེས་སྒྲུབ་ཤོ། །དེས་ན་དོན་དམ་བདེན་  
པ་ཤེས་བྱ་ཡིན་མིན་དབྱུང་པའི་སྐབས་དང་། དོན་དམ་པར་ཡོད་མེད་དབྱུང་  
པའི་སྐབས་མ་ཐུང་པའོ་ཞེས་བརྗོད་པའང་དོན་མེད་དེ། སྐབས་འདིར་ཡུལ་  
མིན་པར་བརྗོད་པ་དང་དོན་དམ་པར་ཡུལ་ཡིན་མིན་དབྱུང་ནས་ཡུལ་མིན་  
པར་སྒྲིམ་པ་གནད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེ་ལྟར་ན་དོན་དམ་དབྱུང་  
པའི་རིག་ཤེས་ཀྱིས་དབྱུང་ན་དོན་དམ་ཡུལ་དུ་མ་གྲུབ་པ་དེ་བཞིན་དོན་དམ་  
དབྱུང་པའི་རིག་ཤེས་དང་ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་རྟོགས་པ་ལ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་  
མཚུངས་པར་འཇུག་པ་དོན་དམ་པའི་ཡུལ་ཅན་འབགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་  
ཀྱང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་གཟིགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དོན་དམ་པར་གཏན་ལ་  
རྗེ་ལྟར་ཐབ་པ་དེ་དོན་དམ་མཛོན་སྒྲུལ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཞལ་དགོས་  
པས། དོན་དམ་པར་དབྱུང་ན་ཡུལ་མི་རྟོན་པ་དེ་བཞིན་དོན་དམ་རྟོགས་པའི་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་གཟིགས་པར་མི་འགྱུར་བ་གནད་གཅིག་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་དོན་དམ་སྤྱི་སྤྱོད་ཡུལ་མིན་པ་དེ་འདྲའི་གནད་ཀྱི་བཞེད་  
པ་བཀག་ན་དོན་དམ་པར་དེ་བཞིན་ཉིད་གཟུང་བྱ་ཅན་དུ་དོན་གྱིས་ཁས་ལེན་  
པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་དོན་དམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་འབགས་པའི་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཟིགས་ཚུལ་གནད་གཅིག་པར་འཆད་པ་འདི་ལ་སྐབས་མ་  
ཐུང་པའོ་ཞེས་འདོར་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཅིང་སྟེ། དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པའི་མདོའི་

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྡོད་ལས། འོན་དམ་པར་འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མདུན་ན་ཆོས་གང་ཡང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའམ། སྤངས་པའམ།  
 བསྒོམས་པའམ། མདོན་དུ་བྱ་བར་འགྱུར་བའི་ཆོས་གང་ཡང་མི་འདུག་གོ །  
 ཞེས་དང་དཔལ་ལྡན་བླ་བས་ཀྱང་། ཐ་སྙད་ཉི་བར་བརྟེན་ནས་རིགས་པ་  
 ཡིན་ཞེས་གསུངས་པའི་ལུགས་ཀྱིས་ཡང་དག་པའི་དོན་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བྱེད་  
 ཀྱི་ཐ་སྙད་ལས་འདས་པར་བསྟན་ཏེ། ཆོག་གསལ་ལས། འཕགས་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་དོན་དམ་པ་ནི་ཅང་མི་གསུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གང་ལ་འཐད་པ་དང་  
 འཐད་པ་མ་ཡིན་པ་མི་མངའ་བར་གྱུར་བ་དེ་དག་ལ་སྒྲིམ་པ་མངའ་བར་ག་ལ་  
 འགྱུར། ཞེས་དང་། འཇུག་འགྲེལ་ལས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་བསྟན་པར་  
 འདོད་པས་དེ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 ཀྱི་ཕྱིར་དངོས་སུ་བསྟན་པར་མི་རུས་པས་ཉན་པར་འདོད་པ་ལ་རང་གིས་མྱོང་  
 བ་ཉིད་དུ་དེའི་རང་བཞིན་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དཔེ་བཤད་པ་ཞེས་སོགས་  
 དང་། ལྷའི་བྱ་གལ་ཏེ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་སོགས་ནས། རབ་རྩ་མ་སྦྱེས་  
 པའི་ཕྱིར་བཤད་མི་རུས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དངོས་  
 དངོས་མེད། སྤྱོད་མི་སྤྱོད་ཞེས་སོགས་ནས། སྦྱེ་འགག་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་  
 བར་དག་གིས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསམ་པ་ལ་འཕགས་པ་རྣམས་ཁོ་ཚད་མ་ཡིན་གྱི་འཕགས་  
 པ་མ་ཡིན་པ་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་

དང་། དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་  
དེ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་བར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
བཞིན་སྤྱིར་བཏང་ཁས་ལེན་ཡིན་ཆད་བདེན་གཉིས་གང་ཅུང་གི་དབང་དུ་བྱས་  
ནས་ཁས་ལེན་པ་ལས་འོས་མེད་མོད་འདིར་དེ་འདྲའི་རགས་པ་ཙམ་ཞིག་མིན་  
པར་ཞིབ་མོར་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཤེས་ན་དོན་ཆེ་བར་གནས་སོ། །འཕྲོགས་བཤད་  
གནམ་རུ་འཛིན་པ་སྟོང་གིས་ཀྱང་། །མི་བཞུགས་རིགས་ལམ་དྲང་པོའི་ཉག་  
ཐུན་རྣམས། །སྤྱལ་བྱེད་གཞུ་མའི་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་ནས་སྤྱ། །སྤྱོ་མཚོག་སྤྱེན་པོའི་  
མཐེབ་ཀྱིས་བསྐྱལ་ཆེ་མཛེས། །ཞེས་གྱང་སྤྱས་སོ། །ཤོད་དུ་རི་སྐྱད་བཤད་  
པ་དེས་མཚོན་ནས་རང་དང་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་པའི་དེ་ཁོན་ཉིད་  
འཚོལ་བ་རྣམས་ལ་ཕན་པའི་བསམ་བས་ཞར་ལ་འོང་བའི་གཏམ་ཅུང་ཟད་  
བརྗོད་ན། ལས་དང་པོ་བས་རིགས་པ་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་བཞིན་  
མེད་པར་ངེས་པ་དང་རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་དང་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དོན་གཅིག་  
ཏུ་གར་ནས་སྤྱང་སྟོང་བྱུང་འཇུག་ཆུ་ཡི་ཟླ་བ་ལྟ་བུའི་ངེས་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་  
སྤྱེད་པ་ཁོན་གལ་ཆེ་བས་དེ་བརྟེན་ཅིང་གོམས་པར་བྱ་ལ། དེའི་ཆོ་རི་ལྟར་  
རྟོགས་པ་དེ་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། རྟོག་  
པའི་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་ཡུལ་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ཙམ་ལས་མ་འདས་པ་  
དེ་ལ་འདི་ཙམ་ཞིག་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་དེ་ལས་  
མཐར་ཐུག་པ་མེད་དོ་ཞེས་གདམས་པར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཤེར་ཕྱིན་



ལྷ་ལ་སྒྲུང་བ་རྣམས་ཤེས་ཀྱི་སྒྱུད་ཡུལ་འབའ་ཞིག་ལ་ངེས་དོན་དུ་བཟུང་ནས་ཅིང་  
 ཡང་རྣམས་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤིང་ཕྱིན་ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་མི་འཇུག་  
 ཅིང་། དེར་འཇུག་པའི་ལམ་ཡང་དག་པ་བསལ་བ་ཞག་མེད་པའི་དོན་ལ་མ་  
 བཅོས་པར་འཛོག་སྒྲིམ་བྱེད་པ་སོགས་ལ་རྒྱུ་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཤིང་རི་སྒྲིང་རང་  
 ལྷ་ལ་མཆོག་ཏུ་ཆགས་པ་དེ་མ་དོར་གྱི་རིང་ལ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དངོས་  
 གནས་པ་རྒྱད་ལ་སྒྱུར་མི་སྟེར་བའི་ཕྱིར་དོ། །དེའི་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་  
 ཆོས་ལ་རང་བཞིན་མེད་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་འཛིན་སྒྲུངས་དང་བཅས་པའི་སྒྲོས་  
 ཡུལ་རྣམས་ཆུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལ་མཐོང་ཡང་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སོབ་སྒྲུལ་ལྷ་  
 སུའི་ངེས་ཤེས་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཅམ་སྟེ། དེ་ཉིད་ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་  
 རྗེས་སུ་ལྷ་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། ད་དུང་མཉམ་བཞག་གི་སྒྱུད་ཡུལ་སྒྲོས་བྲལ་  
 བསམ་བཞིན་ལས་འདས་པ་རྣམས་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་རོ་བོ་རྟོགས་  
 པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་བཞིན་བྲལ་དོན་དམ་པའི་གནས་ལུགས་དཔེས་  
 བརྟན་དུ་མེད་པ་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བའི་དོན་ལ་གོ་བྱེད་བསྒྱེད་དུ་  
 ཡོད་དོ་སྒྲུལ་དུ་བསམ་དགོས་སོ། །

གལ་ཏེ་དེ་འདྲའི་གནས་ལུགས་དེ་ནི་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྷན་  
 པའི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྱུད་ཡུལ་ཡིན་གྱི་སོ་སྟེ་ལ་གཏན་ནས་འོང་མི་སྒྲིང་  
 དོ་སྒྲུལ་ན། རྣམས་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་རང་མཆོན་མངོན་སུམ་རྟོགས་  
 པ་འཕགས་པ་ལས་སོ་སྟེ་ལ་གཏན་ནི་འོང་ཡང་། སོ་སོའི་སྒྱུ་བོའི་ངེས་པའི་

ཤེས་པས་བརྗོད་བྲལ་གྱི་གནས་ལུགས་དོན་སྤྱི་ཙམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་སྤྱོད་པ་  
ཡོད་དེ། དེ་ལ་མདོ་ལྟར་ན་ཆོས་ལ་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་བཟོད་པ་ཞེས་  
བྱ་ཞིང་། ལྷགས་ལས་དབེ་ཡི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་གསུངས་ལ་གང་ལྟར་ཀྱང་དོན་  
ལ་དོན་དམ་མཐར་ཐུག་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྒོ་ཉིད་དོ། །དེ་འདྲའི་སྒྲིམ་  
བྲལ་རྗེས་མཐུན་པ་དེ་འཆར་བ་དེ་དབྱུད་པའི་ངེས་པ་ཁོན་སྤྱད་འདྲིའི་ལུས་  
མོད་ཀྱི། ཤིན་རྒྱ་རིང་མོ་ཞིག་འགོར་ཞིང་དེ་ཡང་ཆོགས་ཁྱད་པར་ཅན་པས་གསུམ་  
པའི་སྒྲོ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་སྒྲེའོ། །ལྷགས་ཀྱི་ཐབས་ཟབ་མོ་དང་ཁྱད་པར་  
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཐད་ཀར་ངོ་སྤྱོད་པའི་གདམས་པ་གནད་དུ་ཐེབས་པ་ལ་  
བརྟེན་ན་མན་ངག་གི་དབང་གིས་སྤྱར་དུ་ཆོགས་རྒྱུད་དུས་རྟོགས་པ་འདྲ་ཡོད་  
ལ། དེ་ལྟར་གནས་ལུགས་ལ་སྤྱོད་པ་སྒྲེས་པ་དེའི་ཆོག་པ་ཟག་དེ་སྤར་ཐོས་  
བསམ་གྱི་དབྱུད་པས་སྟོང་བ་དང་རྟེན་འབྱུང་དབྱེར་མེད་པའི་དོན་ལ་ངེས་པ་  
མཆོག་རྒྱ་འདྲོངས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སྤར་དབྱུད་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་། ད་ལྟར་  
དབྱུད་པ་ལ་མི་བརྟེན་པར་འཛིན་པ་གང་ཡང་མེད་པར་རང་བཞག་རྒྱ་གནས་  
པའི་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དེ་གཉིས་ལ་བསམ་ན། སྟོང་རྟེན་འབྱུང་དབྱེར་མེད་པའི་  
གནས་ལུགས་ལུས་དུ་བྱས་པ་ལ་ཁྱད་ཅི་ཡང་མེད་ན་ཡང་། དབྱུད་དུས་ཀྱི་  
དེ་མིག་བཅུ་མས་ནས་མདུན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ཡིད་ལ་བྱས་པ་དང་། འཛིན་  
མེད་ཀྱི་དུས་སུ་མིག་སྒྲེན་ནས་དངོས་པོ་དེ་དག་ལ་བལྟས་པ་ལྟ་བུའི་ཁྱད་པར་  
རང་གིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པའི་ཆོ་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་སྤྱོད་

པའི་ཚིག་ཅི་བརྗོད་ཀྱང་། རང་གི་མྱོང་བའི་བྱ་རམ་གྱི་རོག་ཞན་གྱིས་གཞན་  
 ཏུ་བཤད་ཀྱང་དོགས་པ་མི་སྐྱེ་བ་ལྟར་འགྱུར་རོ། ། རྫོན་སྤྱད་ཚུང་ཞིང་གནས་  
 ལུགས་ལ་རིགས་པའི་ངེས་པ་མ་འདྲོངས་པའམ། མན་ངག་གི་གནད་དང་མི་  
 ལྟན་པ་དག་སེམས་མ་བཅོས་པར་བཞག་ཀྱང་ཅི་ཤེས་འདི་འགྱུར་ཅི་ཡང་མེད་  
 བ་དེ་འདྲ་སྒྲོས་བྲལ་ལ་ཕྱོགས་ཙམ་ག་ལ་ཉེ་ཡང་། གནས་ལུགས་གྱི་དོན་ལ་  
 དབྱུད་པ་རྫོགས་པའམ་བཞག་ཐབས་གྱི་མན་ངག་ལས་མཐའ་ཀྱུན་ཅིག་ཅར་  
 ཞེགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱི་སྤྱང་བ་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་ངེས་ཤེས་གྱིས་རྟོགས་པ་དེ་ཡང་སྤྱིར་  
 དོན་དམ་རྟོགས་པར་འཛོག་དགོས་ཏེ། རིགས་པའི་སྒྲོན་ས་ཆོས་ཕྱི་ཡོད་པར་  
 རྟོགས་པ་དང་། ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་འབྲས་ཡོད་པར་རྟོགས་པ་དང་།  
 ཏུ་བའི་རྟགས་གྱིས་མེ་ཡོད་པར་རྟོགས་པ་སོགས་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་རྣམས་  
 ཀྱང་དོན་སྤྱིའི་སྒྲོན་ས་ལུང་རྟོགས་པ་ཡིན་མོད་གྱི་དེ་དག་གིས་ལུང་དེ་རྟོགས་  
 པར་འཛོག་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །

ཕན་པའི་བསམ་པས་བརྗོད་པ་ལ། ཀྱུན་ཀྱང་ལོག་པར་མི་བལྟ་ཞིང་། །  
 རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཟབ་མོའི་དོན། །བདེ་སྤྱད་ཉིད་ཏུ་རྟོགས་སྤྱད་ཅིག །  
 ཅེས་བར་སྐབས་གྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་བའོ། ། སྤྱིར་ཡང་སྤྱལ་བའི་སྤྱི་གང་གི་  
 ཞལ་ནས། འདིར་དང་སང་གི་སྤྱོད་འཇུག་ཀྱི་ཀྱེད་པ་ཁ་ཅིག་གིས། མདོར་  
 བ་རང་རིག་པ་འགོག་པ་ནི། དོན་དམ་པར་འགོག་པ་ཡིན་གྱི་བེམ་པོ་ལས་

ལོག་ཅམ་ལ་ཐ་སྟད་དུ་རང་རིག་པར་འདོགས་པའི་རྩལ་དེ་འགོག་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་བཀག་ན་རང་སློ་རང་ལ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། རང་རྒྱུད་ལ་སློ་ཡོད་  
པའི་རྒྱལ་བྱེད་མི་རིགས་པ་དང་། མཐར་དོན་རིག་གི་ཐ་སྟད་ཀྱང་རྒྱན་ཆད་  
པར་འགྱུར་བ་སོགས་རིག་པའི་དབང་ལྷན་གིས་རི་སྟངས་གསུངས་པས་གཞོད་  
ཅས་དང་། ལྷགས་འདིར་ཐ་སྟད་དུ་འང་རང་རིག་དང་ཀུན་གཞི་ཁས་མི་ལེན་  
ཟེར་ཡང་། ཐ་སྟད་དུ་ནི་བཀག་པའང་མེད་ལ་རྒྱལ་པའང་མེད་མོད་ཀྱི་དོན་  
དམ་པར་བཀག་གོ་ཞེས་རྒྱ་བའང་རང་གི་ནང་ཆ་བསྟན་པ་ཅམ་དུ་ཟུང་དེ།  
ལྷགས་འདིར་དོན་དམ་དུ་མ་ཟུང་ཐ་སྟད་དུ་འང་རང་རིག་བཀག་པ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་ཏེ། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས་འཇུག་འགྲེལ་དུ། འོན་ཏེ་འདིག་ཏེན་ཐ་སྟད་  
ཀྱི་དབང་དུ་ཡིན་ན་ནི། དེ་སྟ་ནའང་རང་རིག་པའི་རྒྱ་ཅན་ཀྱི་དྲན་པ་མི་སྤིང་  
པ་ཉིད་དུ། ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་པའི་སྤྱིར་དང་། གཞན་ཡང་ཐ་སྟད་  
དུ་རང་རིག་བཀག་པ་མ་ཡིན་ན་ཐ་སྟད་དུ་བྱེད་ལས་གསུམ་པོ་དེ་རང་ངོས་  
ནས་གྲུབ་པར་ཐལ་བའི་ཐལ་བ་བསྒྲོག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར། རང་སློ་རང་ལ་  
སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། རང་ལ་སློ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་བྱེད་མི་རིགས་པ་དང་། དོན་  
རིག་གི་ཐ་སྟད་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་བ་སོགས་དགོས་མེད་ཀྱི་དགག་པ་རྣམས་  
ཀྱང་འདོར་དུ་རིགས་ཏེ། མོང་དུ་རང་རིག་མེད་ཀྱང་དྲན་པ་སྟེ་བ་འཆད་པ་  
ལ་དགོས་པ་ཡོད་ཅིང་། གྲུབ་མཐའ་མོང་འོག་གི་ལྷགས་རྣམས་སོ་སོ་ནས་  
མ་འདྲེས་པར་འཆད་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་

ཤེས་པ་འདར་ཐ་སྟོན་དུ་ཡོད་ཅིས་སྒྲུབ་པ་ག་ལ་རིགས་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་ལུགས་འདིས་  
 བྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡང་འགོག་དགོས་པར་འགྱུར་ལ། དེས་ན་མདོ་སྟེ་ས་བརྩུབ་  
 དང་དེའི་དགོངས་འགེལ་སོགས་ལས་བྱི་དོན་འགོག་ཏུ་མི་རིགས་པར་གསུངས་  
 པ་སོགས་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བས་འདོད་དུ་ག་ལ་རུས་ཏེ་མི་རུས་སོ། །  
 གཞན་ཡང་བྱོད་གྱི་འགེལ་པ་འདིར་འབྱོགས་བཤད་གྱི་ཆོག་ཐེང་འདི་དང་  
 རིགས་མཐུན་པ་མང་དུ་མཆིས་ཀྱང་རེ་རེ་ནས་དགག་ཏུ་མ་ལངས་མོད། འོན་  
 ཀྱང་འདིར་གཞོད་པའི་ལུང་རིགས་གྱི་སྒྲོ་ཙམ་བསྟན་ལ་འདི་རྣམས་ལ་ཞིབ་  
 ཏུ་དབྱད་ན་པལ་ཆེར་འགོག་པར་ཡོད་པས་ཞིབ་མེད་སྒྲོས་གོ་བསྟར་མི་དམན་  
 པ་རེ་མཛོད། རྒྱལ་གསུང་བྱི་མེད་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ནི། །ཁུངས་ལྷན་ལུང་  
 རིགས་རིན་ཆེན་ཐུས་མཛེས་ཤིང་། །དགག་སྒྲུབ་ཏུ་བདུན་འོད་གྱི་ཟེར་འཕྱུང་  
 པ། །འདི་ཡང་རྒྱལ་བསྟན་མཛེས་པའི་དབྱིད་དུ་གྲུབ། ཅིས་པའི་བར་གྱིས་  
 སུན་འབྱེན་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལ་ལན་མདོ་ཙམ་བཛོད་ན། སྦྱིར་དབུ་མ་ཐལ་  
 འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་དུག་ཏུ་བཞེད་པ་དང་། རང་རིག་གི་  
 རྣམ་བཞག་སོགས་མ་མཛད་པ་ནི་རང་གཞུང་ན་གསལ་མོད། དེར་ཐ་སྟོན་  
 དུ་ཞལ་བཞེས་མེད་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཐ་སྟོན་དུ་མེད་ངེས་སུ་གོ་དགོས་པའི་  
 རེས་པ་ག་ལ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་གཞུག་སེམས་  
 དང་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྟོན་སྦྱར་དོན་མེད་ཀྱང་དེ་དག་ཐ་སྟོན་དུ་མི་  
 འཐད་པ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་དང་ག་ལ་འདྲ་སྟེ་རང་རིག་ལ་དགག་པ་

ནན་ཏན་མཛད་པར་དངོས་སུ་གསལ་བས་ཐ་སྙད་དུ་མེད་པར་འགོག་པ་དེ་  
 ཐལ་འགྱུར་བའི་བྱད་ཚེས་སུ་འཛོག་གོ་ཞེན། དཔུ་མའི་གཞུང་ན་རང་རིག་  
 ནན་གྱིས་བཀག་པ་ཡོད་མོད་ཀྱི། དེ་དག་གིས་དོན་དམ་པར་བཀག་པར་  
 འགྱུར་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་མི་ཁྱེད་ཀྱི་དཔེར་ན་གཞན་རིག་བཞིན་ནོ། ཅིའི་ཕྱིར་  
 མི་ཁྱེད་ཀྱི་སྙམ་ན་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མེད་ཅེས་འགོག་ན་རྟག་པའི་སྐྱ་དང་དབང་  
 ལྷག་བྱེད་པ་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཐ་སྙད་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མས་གཞོད་  
 པ་དངོས་སུ་ཡོད་པ་དགོས་ན་འདི་ལ་དེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཉེའི་ཕྱིར་འཛིག་  
 རྟེན་ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་དབང་པ་མི་སྲིད་པ་ཉིད་དུ་ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་ནི། རང་རིག་པ་ནི་གྲུབ་ལ་རྟག་མོད་ཀྱི། ཉེ་ལྟ་འདྲ་བ་  
 བས་དབང་པར་རིགས་མིན་ཏེ། གཞན་ཕྱིར་མ་ཤེས་རྒྱུ་ལ་སྦྱེས་པ་བཞིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲ་ཕྱིའི་ཤེས་པ་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སོ་སོ་བ་ལ་  
 སྒྲར་རང་གིས་རང་མྱོང་དུ་རྒྱུག་ཀྱང་ད་ལྟ་དབང་པ་མི་སྲིད་པར་སྟོན་པའི་རིགས་  
 བར་འདུག་གི་འཛིག་རྟེན་ཐ་སྙད་དུ་རང་རིག་ཡོད་པ་ལ་གཞོད་དེས་ཀྱི་རིགས་  
 པ་གང་ཡང་མི་འདུག་ན་དེ་ཙམ་ཞིག་བཞིན་པས་ཅི་ཡང་མི་འགྱུབ་པོ། །  
 རིགས་པ་ཡོད་དེ་གོང་དུ་བཞིན་པ་ལྟར་ཐ་སྙད་དུ་རང་རིག་ཡོད་ན་བྱ་བྱེད་ལས་  
 གསུམ་རང་དོས་ནས་གྲུབ་པར་ཐལ་བ་བསྒྲིག་ཏུ་མེད་དོ་ཟེར་ན་འདི་རྒྱ་མཚན་  
 མ་དེས་པའི་ཚིག་ཙམ་སྟེ། རང་དོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་དཔུ་མའི་སྐབས་  
 འདིར་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་རིགས་པས་དཔྱད་བཞེད་ལ་བཞིན་པ་ཡིན་ལ།

དེས་རང་རིག་མ་གྲུབ་པར་ནི་འདོད་ཅིང་ཐ་སྙད་དུ་རང་སློ་རང་གིས་རིག་ན་  
བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་རྩལ་ཙམ་མེད་  
དེ་དོན་རིག་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདིའི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཞེས་  
པ་རིག་བྱ་རིག་བྱེད་རིག་པའི་བྱ་བ་གསུམ་ཐ་དད་དུ་མེད་པ་ལ། རིག་པའི་  
ཐ་སྙད་ཀྱང་མི་ཐོབ་ཅིང་། རང་གིས་རང་ལ་བྱེད་པ་འཇུག་པ་ལ་དབྱད་ན་  
ཡུལ་ཡུལ་ཙན་ཐ་དད་དུ་ཡོད་ནའང་རང་རིག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཏེ་གཞན་རིག་ཏུ་  
འགྱུར་ངོ། །ཐ་དད་དུ་མེད་ནའང་བྱེད་པ་མི་འཇུག་སྟེ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་  
གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བས་རལ་གྱིས་རང་གིས་རང་མི་གཅོད་པ་བཞིན་ནོ་སྟུམ་ན།  
དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་དེ་དཔེར་ན་སྟོ་འཛིན་གཤམ་པ་དང་སྟོན་པོ་གཉིས་བར་བཅས་  
པ་དང་མ་བཅས་པའམ་སྟེ་ཕྱི་རི་ལྟར་ཡིན་དབྱད་ན་གང་ལྟར་ཀྱང་དེས་དེ་  
འཛིན་པ་མི་སྲིད་མོད་ཀྱི་དབྱད་པ་དེ་དག་དོན་དམ་དཔྱོད་པར་སོང་གི་འཛིག་  
རྟེན་ཐ་སྙད་དུ་སྟོན་པོ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་གཤམ་པ་གཏན་མེད་པར་མི་འགོ་བ་  
བཞིན་དུ། རང་རིག་ལའང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཐ་དད་དུ་མེད་ཀྱང་རང་སློ་  
ཉིད་སྦྱེས་ཙམ་ནས་སྒྲོག་ཏུ་མ་གྱུར་པར་སྦྱང་བ་གསལ་རིག་གི་ངོ་བོར་སྦྱེས་པ་  
ལ་རང་རིག་ཅེས་བརྗོད་ལ་དེ་འཛིག་རྟེན་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་དེ་ཐ་སྙད་དུ་རང་རྒྱུད་  
ཀྱི་སློ་རང་གིས་དངོས་སུ་རིག་པའམ་མི་རིག་པ་གཉིས་སུ་ཁ་ཚོན་ཆོད་པ་ལས་  
མི་རིག་པར་འདོད་ན་རང་སློ་རང་ལ་སྒྲོག་གྱུར་དུ་ཁས་ལེན་པ་ལས་འོས་མེད་  
དོ། །དེས་ན་དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་ཞལ་ནས། སློ་ཡིས་ཉམས་

མྱོང་བྱ་གཞན་མེད། །དེ་ཡི་མྱོང་བ་འདྲ་གཞན་ཡོད་མིན། །གཟུང་དང་འཛིན་  
 བ་གཉིས་མེད་ལྟེན། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་རང་ཉིད་གསལ། །ཞེས་དང་། དབུ་མ་  
 རྒྱན་ལས། རྣམ་ཤེས་བཅའ་པོའི་རང་བཞིན་ལས། །བརྒྱུག་པ་རབ་དུ་སྒྲེབ་  
 རྟེན། །བཅའ་མིན་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ། །དེ་འདྲིར་བདག་ཉིད་ཤེས་པ་  
 ཡིན། །གཅིག་པ་ཆ་མེད་རང་བཞིན་ལ། །གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་མི་འཐད་  
 ལྟེན། །དེ་ཡིས་རང་གིས་རིག་པ་ནི། །བྱ་དང་བྱེད་པའི་དངོས་པོར་མིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ལྟར་རང་ལ་རང་གི་བྱེད་པ་གསར་དུ་འཇུག་  
 མི་དགོས་ཀྱང་རང་ཉིད་གསལ་བའི་དོ་བོས་རང་སྒྲོག་དུ་མ་གྱུར་བར་ཤེས་པ་  
 ལ་རང་རིག་པའི་ཐ་སྙད་གཞོན་མེད་དུ་འཇུག་སྟེ། རི་ལྟར་བུམ་པ་མངོན་  
 རུམ་ཤེས་པ་ལ་ལུལ་ཤེས་པའི་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། རང་གི་རྒྱད་ལ་  
 གང་སྒྲེས་པའི་སྒོ་རང་གིས་མངོན་རུམ་ཤེས་པ་ལ་རང་ཤེས་པའི་ཐ་སྙད་ཅི་  
 རྟེན་མི་བྱེད། །དེ་བས་ན་རང་རིག་པ་ཙམ་འཛིག་རྟེན་ན་གཞོན་མེད་བསྐྱེད་  
 དུ་ཡོད་ཀྱང་དེས་རང་རི་ལྟར་རིག་པའི་བདག་ས་དོན་བཙལ་ན་མ་བདག་ས་  
 འཛིག་རྟེན་གྱི་གཤམ་པ་ཙམ་ལས་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ་གང་ཡང་རྟོག་པར་  
 མི་འགྱུར་ཀྱང་། དོན་དམ་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་གྱི་བདག་དབྱེད་མེད་པར་རི་ལྟར་  
 རྒྱད་པ་ལྟར་ཐ་སྙད་བྱེད་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྒོའི་དབང་དུ་ན་རང་ཉིད་གསལ་  
 རིག་གི་རང་བཞིན་དུ་སྒྲེས་པའི་ལྟར་རང་རིག་ཅིས་དང་། དེ་ལ་བྱ་བྱེད་ལས་  
 གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞན་མེད་པས་ན་རང་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་དང་། དེ་ལ་སྒོས་



པར་བཏགས་པའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ཡོད་པས་རིག་པའི་ཐ་སྟོན་ངེས་པར་  
 རུང་སྟེ་འདི་ལྟར་བདེ་སྟུག་མུང་བྱ་ཡིན་པ་དང་། དེ་མུང་བྱེད་སྟོ་ཡིན་པ་དང་།  
 སྟོ་དེས་བདེ་སྟུག་དངོས་སུ་མུང་བའི་བྱ་བྱེད་པ་གསུམ་ནི་སུའི་ལུགས་ལའང་  
 ཡོད་པ་གཞིར་བཅས་ལ། བདེ་སྟུག་མུང་བཞིན་པའི་སྟོ་དེ་ལ་མུང་བྱ་བདེ་  
 སྟུག་ལས་རྫས་གཞན་པའི་འཛིན་བྱེད་གྱི་སྟོ་དང་། སྟོ་དེ་ལས་ཐ་དད་ཏུ་  
 གྱུར་པའི་གཟུང་བྱ་བདེ་སྟུག་ཡོད་པར་སྟུག་ཀྱང་ཁས་ལེན་དགའ་སྟེ། བདེ་  
 སྟུག་མུང་བ་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྟོ་ཡན་གར་དུ་ཡོད་ན་ཚོར་བ་མེད་པའི་སྟོར་  
 ཐལ་བ་དང་། རང་འཛིན་གྱི་སྟོ་དེ་ལས་ཐ་དད་པའི་མུང་བྱ་བདེ་སྟུག་ཡོད་  
 ན་ཤེས་པ་མེད་པའི་ཚོར་བར་འགྱུར་ཏེ་གངས་ཅན་པ་དང་བྱེ་བྲག་པས་བདེ་  
 སྟུག་སྟེང་ནང་གི་པམ་པོར་འདོད་པ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་བདེ་སྟུག་  
 དང་དེ་མུང་ཐ་དད་ཏུ་མེད་ཀྱང་བདེ་སྟུག་མངོན་སྟུག་མུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཤེས་  
 པ་ཡོད་པ་ནི་གྲུབ་མཐའ་སྟེ་བ་དང་འཛིན་ཏེན་པལ་པ་ཐུན་མོང་ལ་གྲགས་  
 ཤིང་མངོན་སྟུག་གྱིས་གྲུབ་ན། དེ་ལ་རང་རིག་ཅེས་བརྗོད་པ་ནི་ལྟར་མི་  
 འཐད་དེ། དེ་ཁས་མི་ལེན་ན་བདེ་སྟུག་དངོས་སུ་མུང་བ་མེད་ཟེར་རམ།  
 མུང་ཡང་གཞན་རིག་གིས་མུང་ཞེས་ཁས་ལེན་ནམ་བསམ་པར་བྱོས་ཤིག དེ་  
 བཞིན་དུ་གང་ཇི་སྟེད་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཅོག་ལ་བདག་གིས་འདི་དང་འདི་  
 ལྟ་བུར་དོན་འདི་གསལ་བར་ཤེས་སོ་སྟུག་པའི་ཚེ་གང་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ནམ་  
 པར་ཤར་བ་དེ་ནི་ལས་སུ་བྱ་བའམ་ཡུལ་གྱི་ལྷོག་པ་ནས་ཐ་སྟོན་བཏགས་པ་

ཡིན་ལ། གང་གིས་ཤེས་སྒྲུལ་དུ་བསམ་པའི་ཆོ་རུ་གི་སྒོ་འདིས་སོ་སྒྲུལ་པ་  
ནི་ཡུལ་ཅན་བྱེད་པ་པོའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་ལྷོག་པ་ཡིན་ལ། དེས་དེ་གཉིས་  
སྒྲུལ་ཤིང་པའི་ཚུལ་གྱིས་གསལ་བར་རྟོགས་ཤིང་སྤྱོད་པ་ནི་བྱ་བའི་ལྷོག་པ་སྟེ།  
དེ་འདྲའི་ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་གྱི་ལྷོག་པ་ཙམ་ཞིག་བཞག་དུ་མེད་པའི་འཛིག་  
རྟེན་གྱི་ཤེས་པ་ག་ལ་སྤྱིན་ཅིང་དེ་འདྲ་སྤྱིན་ཅེས་སུ་ཞིག་གིས་སྒྲུ་རྩལ་ཏེ་བསམ་  
བར་བྱའོ། །དེ་ཡང་མི་ལམ་དང་རབ་རིབ་གྱི་སྒྲུང་བ་དང་རྟོག་དོར་དོན་སྒྱི་  
ལའང་སྟོན་པོའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་ཤར་བའི་སྒོ་ལ་བསམས་ན་སྟོ་སྒྲུང་དང་དེ་  
འཛིན་དང་དེས་དེ་རྟོགས་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་འཆར་བས་རིམ་པ་ལྟར་གཟུང་  
རྣམ་འཛིན་རྣམ་རང་རིག་གསུམ་དུ་བྱེ་ཡང་དོན་ལ་དེ་གསུམ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་  
མི་རིགས་ཏེ་ཤེས་པ་ཉིད་སྟོན་པོའི་རྣམ་པར་གསལ་བ་ཙམ་ཡིན་པས་རང་  
རིག་དུ་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཤེས་བར་སྒོ་རགས་པ་རྣམས་གྱིས་ཁ་  
ནང་དུ་སྒྲིགས་ནས་སྒོ་རང་གིས་རང་རི་ལྟར་རིག་ཅེས་བལྟས་པ་ན་རིག་བྱ་རིག་  
བྱེད་གཉིས་སུ་མི་འཆར་བས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་རྣམ་ལྟ་ཅི་ལྷོག་པ་ཙམ་  
ཡང་ཐ་དད་དུ་མེད་པས་རང་གིས་རང་རི་ལྟར་རིག་སྟེ་མི་རིག་གོ་སྒྲུལ་པ་ཤིན་  
དུ་ཅིང་སྟེ། དེར་རིག་བྱ་རིག་བྱེད་གྱི་རྣམ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་ན་རང་རིག་རི་ལྟར་  
ཡིན་ཏེ་གཞན་རིག་དུ་འོས་སོ། །ཡུལ་གང་དང་གང་གི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཤེས་  
པ་གཞི་གཅིག་ལ་འཛིག་རྟེན་ཐ་སྙད་གྱིས་བཏགས་པའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་  
གྱི་ལྷོག་པ་ཡོད་པ་ནི་སྒོ་རགས་པས་དབྱུང་པ་ཞུགས་མ་ཤེས་པ་སྟེ་རི་ལྟར་ཡོད་

ཚུལ་གོང་དུ་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །ལར་རང་རིག་འདི་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་  
 པ་ཡིན་ཀྱང་གྲུབ་མཐའི་དབྱེད་པས་བསྐྱད་ནས་ངེས་པ་མ་སྐྱེས་པས་རང་རིག་  
 གི་ཐ་སྟད་མི་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་ཟེད་དེ། འདི་ལྟར་ཁ་ནང་དུ་བྱོགས་ནས་བསམ་  
 བ་རང་གི་ཤེས་པ་ལ་གང་དང་གང་ཤར་བ་ཐམས་ཅད་དུས་སྟེ་བྱིའི་རེས་འཛོག་  
 མ་དགོས་པར་རང་ལ་མངོན་དུ་གསལ་ཞིང་ཐེ་ཆོམ་མེད་པ་འདི་རང་རིག་མངོན་  
 སུམ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་བཞིན་རང་རིག་མེད་ཅེས་སྒྲ་བ་ནི་རྩལ་ལག་ན་  
 ཐོགས་བཞིན་བདག་གིས་མ་བྱེད་ཞེས་བསྟོན་འདིར་བ་ལྟ་བུར་ཡ་མཚན་དུ་  
 འོས་སོ། །དེ་ལྟ་བུར་དོན་མངོན་སུམ་གྲུབ་ཀྱང་དེའི་ཐ་སྟད་མི་སྦྱོར་བ་གཞན་  
 ཡང་ཡོད་དེ། སྦྱི་ཡིས་དབེན་པའི་བ་ལང་མངོན་སུམ་མཐོང་ཡང་གཟེགས་  
 ཟན་པ་སློ་བོས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་གྱུར་བ་དག་གིས་བ་ལང་སྦྱི་དང་ལྡན་པར་ཁས་  
 ལེན་པ་དང་། ཆོར་བ་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་དུ་རང་རིག་གིས་མྱོང་ཡང་།  
 གངས་ཅན་པ་སོགས་ཀྱིས་བེམ་པའི་རོ་བོར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་  
 དུ་སྦྱི་རོལ་བ་དག་གིས་རང་རིག་པ་མི་སྦྱིད་ཅེས་སྒྲ་བའང་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་  
 རང་རིག་ཐ་སྟད་དུ་ཡོད་མེད་རིགས་པས་གྲུབ་བྱ་ཡིན་པས་ན་ལུང་ཁོ་ནས་  
 དགག་བའམ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ནི་དོན་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་རང་རིག་  
 མེད་ཀྱང་དན་བསྐྱེ་ཚུལ་བྱི་བས་རྒྱགས་པའི་དུག་ལ་དབེར་བྱས་པ་འདིས་རང་  
 རིག་ཐ་སྟད་དུ་བཀག་པ་ནི་ལྟར་མིན་ཏེ། དོན་དམ་པར་རང་རིག་མེད་ཀྱང་  
 དན་བསྐྱེ་ཚུལ་ཡོད་ཅེས་ནི་སྒྲུབ་མི་སྦྱིད་ལ། བྱི་བས་རྒྱག་པ་ཙམ་མྱོང་དུས་

དུག་གཏན་ནས་མ་མྱོང་བ་བཞིན་སྤར་མྱོང་བྱེད་རང་གིས་རང་གཏན་མ་མྱོང་  
 ཡང་ཕྱིས་སྤར་གྱི་མྱོང་བྱེད་གྱི་རྣམ་པར་བཟུང་བར་བསྟན་བ་མིན་ནམ་ཞེན།  
 དེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་ཡང་ཡིན་ཏེ་རང་རིག་མེད་ཀྱང་དྲན་བ་སྒྲེ་ཚུལ་ཐ་སྟངས་ལས་འོས་  
 མེད་བ་ཡིན་མོད། དེ་འདྲའི་སྒྱུར་བ་དེ་བཞོད་ཚོད་ལ་རང་རིག་ཐ་སྟངས་དུ་  
 འགོག་བ་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་། མོང་ཚོད་ལ་དོན་དམ་པར་བཀག་པར་མོང་གི་ཐ་  
 སྟངས་དུ་ཞེགས་མི་སྲིད་དོ། །དེ་ལྟར་ཞེན་ཡུལ་སྟོན་པོ་ལྟ་བུ་མྱོང་བའི་སྒྲོ་ནི་  
 ཀྱན་ལ་ཚོད་མེད་དུ་གྲུབ་ལ། སྟོ་འཛིན་དེ་ཡང་མྱོང་བའི་སྟོ་གཉིས་བ་ཞིག་  
 འཛིག་རྟེན་ན་ཐ་སྟངས་དུ་མེད་ཀྱང་སྟོན་པོ་མྱོང་བའི་སྟོ་བས་གྱིས་སྟོ་འཛིན་ཞེས་  
 ཐ་སྟངས་ཐོབ་པ་དེ་བཞིན་ཕྱིས་སྟོན་པོ་དྲན་བ་ན་དེའི་ཡུལ་ཅན་སྟོ་འཛིན་ཀྱང་  
 དྲན་རིགས་ཏེ་སྤར་མྱོང་དུས་ཀྱང་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གཉིས་པོ་དེ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་  
 ལ། ཕྱིས་དྲན་དུས་ཀྱང་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བར་ཡུལ་ཅན་དྲན་བ་ཙམ་སྟེ་རྒྱུད་  
 གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་ཡང་མ་བརྟགས་བ་འཛིག་རྟེན་ཐ་  
 སྟངས་གྱི་ཚུལ་ཙམ་ལས་དོན་དམ་པར་བརྟགས་ན་མྱོང་དྲན་གང་ཡང་མི་འགྲུབ་  
 ཅས་པའི་དོན་ཏོ། །དེས་ན་དེ་འདྲའི་ངག་སྒྱུར་དེས་ཡུལ་ཅན་སྟོ་འཛིན་ཙམ་  
 ཞིག་ཡོད་གྱི་སྤར་ཡང་དེ་རིག་བའམ་མྱོང་བར་བྱེད་པའི་འཛིན་རྣམ་ཡན་གར་  
 བ་ཐ་སྟངས་དུ་ཡང་མེད་པར་དགག་པའི་དོན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་  
 སྟམ་དུ་ཡུལ་ཅན་དེ་ལས་སྟོ་ཡན་གར་བ་ཞིག་ཡིན་ན་རང་རིག་ཀྱང་མིན་ཏེ་  
 ཤེས་བ་གཞན་གྱིས་གཞན་རིག་པར་འགྱུར་ཁིང་གཞན་ཡང་འཛིན་རྣམ་ཐུག་

མེད་དུ་འདོད་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་མཐའ་ཡས་བས་ན་མདོ་སེམས་ཀྱི་  
གཞུང་སྒྲུབ་དག་ལ་དེ་འདྲའི་རང་རིག་ཁས་ལེན་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ་  
འཛིག་རྟེན་ཐ་མལ་བས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཁས་མི་ལེན་བས་དགག་བ་དེ་ལྟ་བུ་འབྲེལ་  
བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་ན། འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་པོར་གོ་དགོས་  
པའི་གནད་གཅིག་ཡིན་ཏེ། གང་ཞེན་རང་རིག་བདེན་གྲུབ་ཏུ་ཁས་ལེན་ན་  
རྣམས་སུ་མེད་པར་བཏགས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི་རང་རིག་གི་གོ་མི་ཚད་ཅིང་། བྱ་  
བྱེད་ལས་གསུམ་ཡང་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་དགོས་བས་ན་རིག་བྱ་སྒྲོ་འཛིན་དེ་  
ལ་རིག་བྱེད་ཀྱི་འཛིན་རྣམ་ཡན་གར་དུ་ཡོད་དགོས་ཏེ་དེ་མེད་པར་རང་གིས་  
རང་ལ་བྱེད་བ་འདྲུག་པའི་བཏགས་དོན་དབྱུང་ན་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་  
རྟོག་ན་རང་རིག་ཅེས་བའང་ཐ་སྟད་ཙམ་དུ་འགྱུར་གྱི་དོན་དམ་པར་མི་འགྱུར་  
རོ། །ཡན་གར་དུ་ཡོད་ནའང་རང་རིག་པར་མི་འཐད་ལ་དེ་འདྲ་ཐ་སྟད་དུ་འང་  
མེད་ཅིང་པ་རོལ་གྱིས་ཁས་སྒྲུངས་ཀྱང་མེད་བ་དེ་ལྟར་རང་རིག་བདེན་གྲུབ་  
བཀག་བ་དེ་ཁོ་ནས་གཉིས་སྟོང་གི་རྣམ་ཤེས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་གྲུབ་མཐའི་  
ལྷགས་ལ་གཞོད་བ་བརྗོད་པའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་རང་  
རིག་དང་བསྒྲུབ་བྱ་རང་གསལ་གྱི་ཤེས་བ་གཉིས་ཀ་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་  
ཡང་དག་པར་དབྱུང་ན་བཏགས་དོན་མ་གྲུབ་པར་རིགས་བ་དེ་ཁོ་ནས་གཏན་  
ལ་ཕབ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་དང་རིགས་མཐུན་པར་རང་རིག་འགོག་པའི་རིགས་  
བ་གཞུང་གཞན་ལས་གསུངས་པ་དག་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེའི་

བྱིར་རལ་གྱིའི་དཔེ་ལ་སོགས་པ་ལ་བསམས་ན་རལ་གྱི་རང་གིས་རང་ཐ་སྟངས་  
 ཏུ་གཙོད་པ་མེད་མོད་ཀྱི། དེ་ཙམ་གྱིས་དཔེ་ཙན་ཐ་སྟངས་ཏུ་ཡང་མེད་མི་དགོས་  
 ཏེ་བུམ་སོགས་སྒྲེ་མེད་ཀྱི་དཔེར་མོ་གཤམ་བུ་སོགས་བཀོད་པ་བཞིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟ་མིན་ན་རང་སྒོ་རང་གིས་མངོན་སུམ་ཤེས་པ་ཐ་སྟངས་ཏུ་ཡང་མེད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ་འོག་ཏུ་ཡང་འཁྲད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་བྱིར་རང་རིག་ཅེས་པ་ཡང་  
 དག་པར་དབྱེད་ན་མ་གྲུབ་ཀྱང་ལྷོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་རིག་ཏུ་བཏགས་  
 པ་དེ་འདྲ་ནི་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་གཞོད་པ་མེད་པར་མ་ཟད་ལན་བྱེད་  
 གྱི་སྒྲན་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། གང་གིས་ན་སྒྲ་གཙན་གྱི་མགོ་ཞེས་སྒྲ་གཙན་ནི་སྟོན་  
 ཏུ་ས་སུ་མགོ་བཙད་པ་དེ་བདུད་ཅི་འབྱུངས་པའི་སྟོབས་གྱིས་མ་གྱི་བར་འཛིག་  
 རྟེན་ན་རྒྱ་ཞེས་འདོད་པ་ལས་དེ་ལ་མགོ་ལས་གཞན་པའི་ལུས་མེད་ཀྱང་འཛིག་  
 རྟེན་ན་དེ་འདྲའི་ཐ་སྟངས་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མཆིག་གྱའི་ལུས་ཞེས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཙན་གྱི་ཐ་སྟངས་དེ་དག་མིང་གིས་བཏགས་  
 པ་ཙམ་གྱིས་བཞག་པ་ལའང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ངོར་བྱ་བྱེད་གྱི་ཐ་སྟངས་འོག་རུང་  
 བར་དཔལ་ལྡན་ལྟ་བུའི་བཞེད་པ་ཐུན་མོང་མིན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ན། དེ་  
 འདྲའི་ཐ་སྟངས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་རུང་བ་དེ་ལ་རང་རིག་གི་ཐ་སྟངས་དེ་ལྟར་མི་རུང་  
 བ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། འཛིག་རྟེན་རྟན་པོས་ཀྱང་བུམ་སོགས་མངོན་སུམ་གྱིང་  
 བ་བཞིན་རང་སྒོ་གསལ་པོར་གྱིང་བའི་ཉམས་གྱིང་བསྒྲུ་མེད་འདི་ལས་རང་  
 སེམས་རང་གིས་ཤེས་ཞེས་ཁས་ལེན་པར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའང་ཡིན་པའི་

བྱིར་རོ། །དེས་ན། གང་བྱིར་གང་གིས་ཡུལ་གྱི་དྲུང་དེ་ལས། །ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་པ་བཞིན་དུ། གང་བྱིར་བདེ་སོགས་ཉམས་སུ་གྱུར་དེ་ལས། །འཛིན་  
 བ་འདི་གཞན་དུ་ལ་ཡོད་མིན་པ། །དེ་བྱིར་རང་སེམས་རིག་ཅེས་རྟོགས་འགྱུར་  
 ཏེ། །འདི་ཡང་འཛིན་རྟོག་ཐ་སྟངས་ཚུལ་ལུགས་ཡིན། །ཅེས་འཛིན་རྟོག་བ་  
 དང་མཐུན་པར་མ་བརྟགས་ཐ་སྟངས་ཅམ་གྱི་དབང་དུ་རང་རིག་ཁས་སྤངས་  
 བཤང་ལུགས་དེ་ལ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་འགྱུར་ཞིང་། རྒྱན་སྒྱུག་པོ་བཞོད་པའི་  
 མདོ་ལས། རྒྱ་ཚོགས་སྤང་བ་རང་སེམས་ཏེ། །ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བདག་  
 ཉིད་གཉིས། །བྱི་དང་ནང་དང་ཐམས་ཅད་དུ། །གཟུང་དང་འཛིན་བ་ལྟ་བུར་  
 གནས། །སེམས་ཀྱིས་སེམས་ནི་མཐོང་ཡིན་ཡང་། །ཁོང་དུ་མི་ཆུད་བསམ་པ་  
 རྣམས། །ཁ་གཉིས་སེམས་དེ་ལུས་ཅན་གྱི། །ཡིན་ཡང་ཤེས་པར་མ་གྱུར་པ། །  
 བདག་གིར་བྱེད་པའང་དེ་བཞིན་བྱེད། །ལུལ་ལྟ་བུར་ཡང་རབ་ཏུ་སྤང་། །རྩ་  
 མ་ལ་སོགས་གཟུགས་སུ་གནས། །རྩ་ལ་སོགས་པའང་ཡོད་མ་ཡིན། །འདི་  
 ཡི་དོན་ལ་ཐུབ་པ་དག །རྣལ་འབྱོར་ཉམ་ཆུང་རྣམ་པར་གྱུས། །ཞེས་དང་།  
 བདེ་མཆོག་འབྱུང་བ་སོགས་སྒྲགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། །ཤེས་པོ་མེན་བྱིར་བདག་  
 ཉིད་རིག་ །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་མིན་ན་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་འཛིན་  
 བ་དེ་དག་གིས་རང་གི་སྒྲོ་རང་གིས་མདོན་སུམ་གྱིས་ཤེས་པར་ཁས་ལེན་ནམ་  
 མི་ཤེས་པར་ཁས་ལེན། །ཤེས་སོ་ཞེན་རང་གསལ་དུ་ཤེས་པ་ཡིན་ནམ་  
 ཤེས་པར་བྱ་རྒྱའི་ཤེས་པ་དང་ཤེས་བྱེད་རྩལ་གཞན་དུ་ཡོད་པས་ཤེས་པ་ཡིན།

དང་པོ་ལྟར་ན་རང་རིག་གྲུབ་ལ། གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཤེས་པར་བྱ་རྒྱའི་སྒོ་དེ་  
དང་དུས་མཉམ་པའི་ཤེས་པ་འཕམ་དེའི་རྗེས་སུ་སྐྱེས་པ་གང་གིས་ཤེས་དགོས།  
དུས་མི་མཉམ་ན་ཡུལ་ད་ལྟ་མེད་པ་ལ་མངོན་སུམ་རི་ལྟར་ཡིན་ཚུལ་དང་ཁ་  
ཐྱིར་བལྟས་དང་ནང་བལྟས་ཀྱི་ཤེས་པ་སྐྱེལ་མར་སྐྱེ་བ་ཡིན་མིན་སོགས་སྐྱབ་  
དགོས་ལ། དུས་མཉམ་ན་འད་དེ་འདྲའི་སྒོ་གཉིས་ཡོད་པར་གང་གིས་ཤེས་ཏེ།  
མ་བཟུང་བར་ཡང་ཡོད་ཅིས་བྱར་མི་རུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །  
གལ་ཏེ་སྒོ་ཐམས་ཅད་ལ་འད་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་གཞན་རེ་ཡོད་ན་སྒོ་ཐུག་པ་མེད་  
པར་འགྱུར་བ་སོགས་སྒྲིན་ཚད་མེད་ལ་འཛིན་རྣམ་ཡན་གར་བ་གཅིག་ཅིག་  
ཀྱང་མི་སྲིད་ན་དུ་མ་ལྟ་ཅི་སྒྲིས་པའི་ཐྱིར་དོ། །འཛིན་བྱེད་གཞན་མེད་ན་མིག་  
གིས་བུམ་སོགས་མཐོང་བར་བྱེད་ཀྱང་རང་མཐོང་བར་བྱེད་མི་རུས་པ་ལྟར་  
རང་སྒོ་རང་ངོར་སྒོ་གཉིས་ཀྱི་ཀྱུར་ནས་རང་སེམས་ལ་གང་སྐྱེས་པའི་ཀུན་རྟོག་འདི་  
དང་འདི་འདྲར་གྱུར་མ་གྱུར་ཅིས་མངོན་སུམ་ཤེས་མི་སྲིད་ན་འད་རང་ལ་སྒོ་རི་  
འདྲ་སྐྱེས་པ་དེ་ནི་རྟགས་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པར་རང་གིས་ངེས་པ་འདི་ཅི་ཞིག་  
གིས་ཡིན་དཔྱད་ནས་སྐྱབ་དགོས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་འདྲའི་དཔྱད་པ་ཞིབ་མོར་  
གཞུགས་མི་དགོས་སོ་སྟུམ་ན་རང་སེམས་རང་གིས་ཤེས་སམ་མི་ཤེས་ཞེས་དྲི་བ་  
ལ་ཐལ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཀྱང་ལན་འདེབས་རིགས་ལ། ཤེས་ཚུལ་རི་ལྟར་ཡིན་  
ཞེས་དྲི་ན་ཡང་བརྗོད་པར་རིགས་པས་ན་རང་རིག་མེད་ན་རང་གཞན་གྱི་སྒོ་  
གཙོད་ཚུལ་ཁྱད་མེད་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་དགོས་མེད་ཀྱི་དགག་པ་མ་ཡིན་ཏེ།



མངས་ཀྱི་བསྟན་པ་འདི་ལ་ཐ་སྟོན་གྱི་རིགས་པ་སྤྱོད་ཀྱི་གཙུག་གི་  
 རྩོད་ལྷུང་གྲུང་བ་དཔལ་ཚོས་གྱི་གྲགས་པས་དེ་ལྟར་བཏག་པ་མཛད་པ་ཡིན་ན་  
 དེའི་བཞེད་པའི་སྒྲིང་པོ་རང་རིག་དང་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་མགོ་མཉམ་པར་ཐ་སྟོན་  
 ཏུ་དགག་པ་སྤྱོད་བཅུམས་གྱིས་དེ་ལ་ལན་ཚུལ་བཞིན་ཏུ་བསྟན་པར་རིགས་གྱི།  
 དེད་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་འཛིན་པ་ཡིན་པས་རིགས་པ་མ་སྤྱོད་ཀྱང་གྲུབ་  
 མཐའི་དབང་གིས་རང་རིག་མེད་པར་དམ་བཅས་པ་ཅམ་གྱིས་འགྲུབ་པོ་ཞེས་  
 བཛྲོད་པར་ནི་མི་རིགས་སོ། །གཞན་ཡང་འཛིན་རྣམ་གྱི་ལྟོག་པ་ནས་རང་  
 རིག་ཏུ་བཏགས་ཀྱང་དོན་ལ་བྱ་བྱེད་སོ་སོར་མེད་པས་མི་འཐད་ན་བདག་  
 གཅིག་འབྲེལ་ཡང་ཐ་སྟོན་ཏུ་མེད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། བདག་རང་ལ་  
 རང་འབྲེལ་བ་དང་རང་གིས་རང་རིག་པ་གཉིས་ཚུལ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 བདག་གཅིག་འབྲེལ་མི་འཐད་ན་བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པའང་ཐ་སྟོན་  
 ཏུ་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་། ཡང་གཉིས་སྤང་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཡུལ་རྟོགས་  
 བའང་མི་འཐད་པར་འགྱུར་ཏེ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་མི་སྤང་བཞིན་ཏུ་དེས་  
 དེ་རྟོགས་པའི་བྱེད་པ་འཇུག་པའམ་དེ་ལ་དེ་མཛོན་སུམ་ཏུ་སྤང་བ་མི་འཐད་  
 པ་མཚུངས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། རང་ལ་རང་གི་བྱེད་པ་འཇུག་པ་ལ་  
 རི་ལྟར་དབྱེད་ཀྱང་གསུམ་ཏུ་སྤང་གི་ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་འཆར་མི་བཏུབ་པས་  
 རང་རིག་མི་འཐད་པར་བཛྲོད་པ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་སྒོ་ལ་རི་ལྟར་  
 དབྱེད་ཀྱང་གཟུང་བྱའི་རྣམ་པར་མི་འཆར་ལ། དེ་ལ་སྤང་ངོར་ཡུལ་ཡོད་པར་

བཟུང་ན་གཟུང་འཛིན་མེད་པར་མི་འཆར་བ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཀུན་གཞི་  
ཡང་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷགས་ལ་ཁས་ལེན་མི་དགོས་མོད། དེ་ཐ་སྙད་དུ་འགོག་  
བའི་རིགས་པ་མི་སྣང་ལ་དོན་དམ་པར་འགོག་པ་ནི་སྒྲིམ་མ་དགོས་སོ། །  
འོན་ཀྱང་དེའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་མི་སྒྲུའོ། །རྒྱལ་གསུང་དྲི་མེད་བེདུར་ལྷན་པོ་  
ལ། །ཉེར་བརྟེན་དངོས་སྟོབས་རིགས་པའི་རྒྱུ་འགྲོས་ཀྱིས། །རབ་བྱངས་  
དགག་སྒྲུབ་སྣང་བའི་མུ་ཁྱུད་ཅན། །འདི་དག་ཐུབ་བསྟན་གླིང་བཞིའི་རྒྱན་  
དུ་གྲུབ། །ཅིས་ཀྱང་སྒྲུམ་སོ། །དེ་ནས་ཡང་གཞན་པར་སྒྲུལ་བའི་སྒྲུའི་ཞལ་  
ནས། ཐལ་འགྱུར་བའི་ཁྱད་ཆོས་སུ་རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་བཞེད་བ་རྣམ་པ་བརྒྱད་  
དེ། ཆོགས་དུག་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཁས་མི་ལེན་པ།  
རང་རིག་འགོག་ཚུལ་ཐུན་མོང་མིན་པ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་དྲགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཐུར་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་ལ་དེ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷ་བ་བསྐྱེད་པར་ཁས་མི་ལེན་པ། ཤེས་  
པ་ཁས་ལེན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཐིམ་ཏེ་འདང་ཁས་ལེན་དགོས་པ། ཉན་རང་ལ་  
དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་པ་ཡོད་པ། ཆོས་ཀྱི་བདག་  
འཛིན་ཉན་མོངས་སུ་བཞེད་པ། ཞིག་པ་དངོས་པོ་ཡིན་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་བཞག་ཐུན་མོང་མིན་པར་འཛིག་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ཐིམ་དུག་  
པོ་རྒྱུང་ཟད་རེ་བཤད་ནས་མཇུག་ཏུ་དེ་ལྟར་ལྷགས་འདིར་རང་སྡེ་འོག་མ་ཀུན་  
ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཞལ་བཞེས་དེ་དག་ཀྱང་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་  
པ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པའི་གནད་གྱིས་ཡིན་ཏེ་རྒྱས་པར་གཞན་དུ་

བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་ལུགས་འདིས་གཞན་གྱི་དམ་བཅའ་འགོག་པ་ན་རང་རྒྱུད་  
 གྱི་གཏན་ཚིགས་ཞལ་གྱིས་མི་བཞེས་ཤིང་འགལ་བ་རྒྱུད་གྱི་ཐལ་འགྱུར་གྱི་  
 རྫོགས་གཙོ་བོར་བྱེད་པས་ན་ཐལ་འགྱུར་བ་ཞེས་མཚན་དུ་ཆགས་པ་ཡིན་ལ།  
 གཞན་དུ་ན་དོན་དང་མི་མཐུན་པའི་བཤད་པ་ལྟུང་ཆེན་པོས་དངས་ཏེ་ལུགས་  
 འདིའི་དགོངས་དོན་དང་མཚན་གྱི་སྒྲུབ་ཤིང་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་སུ་སྒྲས་པ་  
 རྣམས་ནི་བཞད་གད་གྱི་གནས་ཅམ་དུ་ཟད་དེ། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །  
 རྣམ་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་ཁས་ལེན་ཀྱན་ཐལ་ཅུ་བཏོན་ནས་དེ་གཏན་  
 ལ་འབེབས་པ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལ། རང་རྒྱུད་གྱི་གཏན་ཚིགས་ལ་མི་  
 བརྟེན་པར་ཁས་སྤང་འགལ་བ་རྒྱུད་གྱི་ཐལ་འགྱུར་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཕྱིར་གཞི་དེ་ལས་ཐལ་འགྱུར་པའི་མཚན་དུ་ཆགས་  
 པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། དེ་འདྲའི་དབྱུད་དོར་ཐ་སྟོད་དུ་ཡང་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་  
 པ་ཞལ་གྱིས་མི་བཞེས་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་ཡིན་མོད་གྱི། དེའི་དབང་གིས་ཐ་  
 སྟོད་དུ་དངོས་མེད་ཞིག་པ་སོགས་དངོས་པོར་གྱུར་བ་དང་། འཛིག་རྟེན་ན་  
 རང་སྟོང་རང་གིས་ཤེས་པར་གནག་རྩི་ཡན་ཆད་ལ་གྲགས་པའང་མི་ཤེས་པར་  
 ཁས་ལེན་དགོས་པ་སོགས་ཅི་ཡང་མེད་ལ། ཁས་ལེན་དང་བཅས་པ་རྣམ་  
 གངས་པའི་དོན་དམ་བདེན་སྟོང་མེད་དགག་ཅམ་ཞིག་སྒྲུབ་པ་ལ་ནི་རང་རྒྱུད་  
 གྱི་གཏན་ཚིགས་མི་འཐད་པ་མེད་པར་མ་ཟད་ཆེས་འཐད་པ་ཡོད་པ་སོགས་  
 ཏུ་ཅང་སྒྲོས་པས་ཆོག་ཀྱང་སྐབས་མིན་པའི་སྒྲུབ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །མདོར་

ན་ཐལ་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་ཀུན་ཐལ་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་  
དམ་འབའ་ཞིག་གཏན་ལ་འབེབས་ཤིང་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་ནི་  
མ་བརྟགས་འཛིག་རྟེན་པ་དང་ཐུན་མོང་དུ་མཛད་ཀྱི་དབྱེད་ནས་སྒྲིབ་རང་  
རྒྱུད་པ་སོགས་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྟར་མི་མཛད། རང་རྒྱུད་པས་ཁས་ལེན་དང་  
བཅས་པ་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ཅུལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་ཚུལ་གྱི་དབང་  
གིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་གཏན་ཆེགས་ལ་གཙོ་བོར་མཛད་ཅིང་དབྱེད་ནས་ཐ་སྙད་  
ཆད་གྲུབ་བཞེད་པ་སོགས་ཡིན་ཏེ་རྒྱས་པར་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་ལ། རྒྱ་  
ཆེན་བོ་རྟོགས་མ་རུས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐལ་རང་གི་གཞུང་གི་བབ་ཙམ་ལ་  
གཞལ་ན། རང་རྒྱུད་པའི་གཞུང་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་  
མིན་པའི་དོན་དམ་གཉིས་སུ་བྱེད་ནས་མི་སྟོན་པ་མེད་ལ། ཐལ་འགྱུར་པའི་  
གཞུང་ཀུན་ཏུ་དེ་ལྟར་འབྱེད་པའི་བཤད་སྒྲུབ་མི་འདུག་པ་འདི་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་  
ཤེས་རུས་ཏེ། གཞན་དུ་ཐལ་འགྱུར་པའི་གཞུང་གིས་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་  
དམ་ཙམ་ལས་མི་སྟོན་ན། ཐལ་རང་གཉིས་ལས་དགོངས་པ་རང་རྒྱུད་པ་  
མཐོ་བར་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་དེ་ནི་དོན་དམ་  
མཐར་ཐུག་པ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པར་སུས་ཀྱང་ཁས་ལེན་  
དགོས་མོད། རང་རྒྱུད་པའི་གཞུང་ན་དེ་དོན་དམ་མཐར་ཐུག་ཏུ་བསྟན་པ་  
ཡོད་ལ། ཐལ་འགྱུར་པའི་གཞུང་ན་དེ་མེད་པར་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་  
ཙམ་མཐར་ཐུག་གི་དོན་དམ་དུ་འདོད་པར་ཁས་ལེན་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་

ཐལ་རང་གི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་རྣམས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ལ་དགོངས་པ་དབྱེར་  
 མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གང་ཞིག་བཞེད་པ་གང་གི་ཕྱོགས་འཛིན་ཅིང་དེ་  
 རྒྱབ་པར་འདོད་པའི་ཚེ། དེ་དང་མི་མཐུན་པ་གཞན་མིན་ནོ་ཞེས་བྱས་ནས་  
 རང་གི་ཕྱོགས་ཀྱི་བཞེད་པ་ཅམ་བཞོད་པས་དགག་རྒྱབ་གང་ཡང་མི་རྒྱས་ལ།  
 ཤིན་རྒྱ་ཤེས་པའི་ཡུང་རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ལུགས་རྒྱབ་པ་དང་། དེར་  
 གཞན་གྱིས་བརྟེན་པའི་སྐྱེད་འབྱེན་གྱི་ཆོར་མ་རྩད་ནས་དབྱུང་པ་ལ་མཁས་  
 ཤིང་། སྐྱེད་ཅི་ཕྱིན་ཅམ་མིན་པར་ཤེས་པའི་གནད་དང་ལྡན་པས་ཁ་ཐོལ་མི་  
 མཐུན་པར་རྒྱ་བ་ལ་རྒྱུན་བརྟེན་པར་བྱ་དགོས་ལ། གལ་ཏེ་རིགས་པ་ལྟར་  
 རྒྱང་བ་དང་ཡུང་དོན་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་ལ་རིགས་པའི་གནོད་པ་འབབ་པར་  
 མཐོང་ན་དེ་རྟོག་པ་པོ་ལ་ཁྲོ་ཞིང་གནད་དུ་ལོག་པའི་ཡུས་གྱིས་རིགས་པའི་  
 མཆོན་ཆ་མེད་པར་ཆོག་གི་མཆོན་ཆ་གདེངས་པ་ནི་མཁས་པས་མཐོང་ན་བཞད་  
 གང་གི་གནས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ལུགས་གང་ལའང་རྒྱུན་ཡིན་ཤིང་པ་ནི་ཆོལ་  
 བས་བརྟེན་ཀྱང་རུང་མ་བརྟེན་ཀྱང་རུང་ལོར་པ་ཉིད་དུ་གནས་ལ་ལོར་བ་ནི་  
 གྲུན་ལ་འབྱུལ་བ་སྟེར་བའི་གཞིར་འགྱུར་ཞིང་། རང་ངམ་གཞན་གྱི་ལུགས་  
 རྒྱ་བཏགས་པ་གང་ཡང་རུང་སྟེ་ལུགས་པར་བཤད་པ་ནི་སྐྱེད་ལའང་མིག་རྒྱ་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རྟོན་པ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་ཚུལ་གྱིས་རང་དང་གཞན་གྱི་  
 ལུགས་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་དང་སྤང་བའི་བསམ་པ་སྤངས་ཏེ། རྒྱལ་བའི་བསྟན་  
 པ་འབའ་ཞིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་ཚུལ་བཞིན་

དབྱད་ན་སློབ་གྲོལ་གྱི་འཇུག་པ་དེ་དག་རྒྱལ་བ་སྟན་ཏི་མེད་འཕེལ་བའི་ཐབས་  
སྤྱུང་ཞིང་། དེ་ལས་སྟེ་དགྲ་རྣམས་ཀྱི་འབྲལ་དང་ཡུན་གྱི་དཔལ་ལུན་  
སྤྲུལ་ཆོག་པ་མ་ལུས་པ་དང་གིས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །འདིར་སྤྲུལ་པ།  
གཞན་ལ་མ་གུས་སྤང་བའི་ཀུན་སློང་གིས། །མ་རྟོགས་ཡིད་ཀྱི་ཚུག་ཏེར་  
དྲངས་པ་ལ། །དངོས་སྟོབས་རིགས་པའི་གཟུང་སྐར་ལེགས་ཤར་བ། །འདི་  
དག་ཏེན་འབྱུང་བཟང་པོའི་འབྲས་བུར་གྱུ་བ། །དམར་སེར་ཉི་གཞོན་འཆར་  
ཁའི་སྤང་བ་ཅན། །འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཅུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི། །  
རྣམ་རེལ་ཐེག་མཆོག་ཆོས་མཛོད་ལེགས་སྟོན་པ། །སྤྱུང་དམ་པ་རྣམས་  
གྱི་བཀའ་ཏིན་མཆོག་ །ཡང་ཡང་དྲན་བས་བ་སྤྱིའི་འཕྲི་ཤིང་དག །གཡོ་བའི་  
ཆལ་གནས་ཡིད་ཀྱི་ཁྱེལ་ཆུང་། །དམ་པ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་ཕྱོགས་ཏེ། །  
ཆོས་རྒྱལ་ཐུང་ཟད་སྤྲུལ་བའི་ལེགས་བྱས་གྱིས། །ཐེག་མཆོག་རྒྱལ་བའི་བསྟན་  
པ་དར་བ་དང་། །དེ་འཛིན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་གྱུ་བ། །ས་སྟེང་སྟེ་  
དགྲའི་མོས་སྤང་ཆོས་ལ་བསྐྱུར། །མཆོ་སྤྱེས་སྤྲུལ་མའི་ཐོན་ལས་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །  
ཅེས་རྣམ་དཀར་གྱི་ཐུགས་མངའ་བྲག་དཀར་སྤྱལ་བའི་སྤྲུལ་དཔལ་ལྡན་འབྲས་  
དཀར་ཁལ་དུ་སྤྲངས་འདྲའི་ཆོས་སྟེ་ནས་བྱིས་པའི་རྩྱུང་པ་ལ་བཀྲལ་ལན་དུ་  
བྱིས་པ་འདི་ཡང་རྟོང་བན་མི་ལམ་རྣམ་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བ་ལོ་ཤས་དཔེན་པའི་  
རི་སྤུལ་ན་ཉལ་ཞིང་། །སྐབས་འདིར་ཕྱོགས་གྱི་མཐའ་གྲུ་དཀར་བའི་རི་ལ་  
གནས་ཤིང་རལ་བའི་ཟར་བུ་རིང་པོ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་པ་གང་དེས་རབ་ཆོས་

ས་སྤྲང་ས་ག་ལྷ་བའི་བསྟེན་སྒྲུབ་ཀྱི་མཚམས་ལ་གནས་པའི་དུས་ཀྱི་ཚེས་བཞི་  
ནས་བཟུང་ཉེ་ཞག་བཅུ་ཉེ་ཐུན་གསེང་རེ་ལ་མགྲོགས་པར་བྱས་ཤིང་ཚེས་བཅུ་  
གསུམ་ལ་གྲུབ་པར་བགྱིས་པ་མདྲལ་ཤེ་ཡོ་རྟ་མ་དུ། །ཚེ་སྟེ་མཁས་པའི་  
ནམ་དཔྱོད་ཉིན་མོར་བྱེད་པ་བཞིན། །ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་བཤད་སྒྲུབ་  
པད་ཚལ་བཞད། །ལེགས་བཤད་སྟིང་པོ་སྤྲང་ཅིའི་བཅུད་མཆོག་ལྟར། །  
སྐལ་བཟང་བུང་བའི་ཚོགས་ནམས་དབྱེས་པར་གྱུར། །ཐུབ་དབང་བསྟན་  
ལ་རབ་གསལ་ཞི་བ་ལྟ། །གསུང་རབ་བྱང་ཆུབ་སྟོན་པའི་གཞུང་ཆེན་པོ། །  
ཆོག་དོན་ཆ་གསལ་བཀལ་བརྟགས་རིགས་ལམ་ནས། །སྟེལ་འདྲི་མི་ལྷ་མ་རྣམ་  
པར་རྒྱལ་བས་གསུངས། །སྟོ་ལྟན་མཁས་པའི་ཚོགས་ལ་ཕན་པ་དང་། །  
ནམ་དག་གཞུང་བཟང་ཚྭ་གསལ་བརྒྱུར་དར་པའི་ཕྱིར། །དག་དབང་ཤུག་ཉི་  
མིང་ཅན་དུས་འདས་ཀྱི། །དངོས་རྒྱས་མཐུན་པའི་སྟེན་སྒྲུབ་རྩུན་གྲུབ་རྟེན། །  
ཞིང་སྟོང་དགེ་བའི་སྟོ་ཅན་དད་བརྩོན་གྱིས། །ནམ་དག་སྤར་དུ་སྒྲུབ་པའི་  
བསོད་ནམས་ཀྱིས། །རྒྱལ་བསྟན་དར་ཞིང་དགེ་འདུན་དབུ་འཕང་བསྟོན། །  
ལྟར་བཅས་འགྲོ་ནམས་བདེ་བའི་གནས་ཐོབ་ཤོག །དོན་དམ་སྟོས་བྲལ་ནམ་  
མཁའི་གྲོང་། །ཀུན་རྫོབ་རྟེན་འབྱུང་སྟེ་ཚོགས་གཟུགས། །བདེན་གཉིས་  
དབྱེར་མེད་གཞི་ལམ་འབྲས། །ནམ་ཐར་གསུམ་གྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །ཤུ་རྩྱ།

༡༡། །བར་བྲུང་བྲུང་ལྟ་བུ་དཔྱད་པའི་རྣམ་པ་ལྟར་བྲུང་དུ་འཛོལ་བཤེ། །

༡༢། །གཞན་གྱིས་བརྟུང་བའི་ལན་མདོར་བསྐྱུས་པ་  
རིགས་ལམ་རབ་གསལ་དེ་ཉིད་  
སྤང་བྱེད་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གྲུ་རུ་མཉུ་བྱེ་བུ་དྲི་སྟོན་བུ་དྲུ་ཡ། །ཡང་དང་རིགས་པ་དོ་རྗེའི་མཆོན་ཆོན་  
པོས། །ལས་སྟོན་ལྟ་མིན་དེགས་པའི་སྟོབས་འཛོམས་གིང་། །ཡང་དག་ལམ་  
བཟང་འདོམས་པའི་བཀའ་བྲིན་ཅན། །བཤེས་གཉེན་ལྟ་ཡི་དབང་པོ་རྒྱལ་  
ཡུར་ཅིག །ཆོས་ཀྱན་གཞོན་ནས་སྦྱོས་དང་བྲལ་ན་ཡང་། །རྣམ་པ་སྤྲོ་ཆོགས་  
སྤང་བ་མི་འགོག་པ། །རྒྱལ་བའི་རིང་ལུགས་ཐེག་མཆོག་དམ་ཆོས་གྱི། །  
བདེན་པས་ཡང་དག་ཆོས་ཚུལ་རྒྱལ་ཡུར་ཅིག །ཆགས་སྤང་སྟེམས་པ་མཐོ་  
བའི་ཁ་ལུང་དང་། །གཞན་ལ་རྩུབ་སྟོངས་འདེབས་པའི་ཐུན་སྒྲུལ་དང་། །  
སྐབས་མིན་རང་བསྟོད་ཆེ་བའི་ཆོག་འབྱུང་རྣམས། །གཟུ་པོས་དབྱུང་ན་གཏམ་  
གྱི་ཉེས་པ་ཡིན། །དེ་བྱིར་དེ་རྣམས་ལེགས་པར་སྤངས་ནས་སྟ། །རིགས་པའི་  
ལམ་ནས་ཚུལ་བཞིན་དབྱུང་བ་ཡི། །གཏམ་གྱི་སྦྱོར་བས་ཆགས་སྤང་མི་སྦྱོང་



ཞིང་། །སློ་ལྡན་སྤྱི་བོའི་ཚོགས་ཀྱི་དགའ་བར་བྱེད། །འདིར་དེང་སང་གི་  
སྐབས་ན་རིགས་པ་སྤྱི་བོའི་དབང་ལྷན་ཏུ་གྲགས་པ་དབལ་རི་བ་སློ་བཟང་རབ་  
གསལ་ཞེས་བྱ་བས། ཤེར་འབྲེལ་ཀེ་ཏ་ཀའི་ཚོག་དང་དོན་ལ་དགག་པ་  
བརྗོད་པ་འཇམ་དབྱངས་དགོངས་སྐྱོན་རིགས་པའི་གཟི་འབར་གདོང་ལྗེའི་  
སྤྱི་དབྱངས་ཞེས་པ་སྤྱི་མེ་བྱ་ལོར་བརྩམས་ནས་བསྐྱར་བར་འདུག་ན་ཡང་  
བདག་གི་ལག་ཏུ་ཚུ་ལྷན་སྐྱེའི་ནང་བར་མ་སོན་ལ། དེ་དང་ཆ་འདྲ་ལྟ་  
ལྡན་ཕྱོགས་ནས་རྩོད་པ་ཚེན་གཉིས་དང་། བྱང་ཁ་ནས་གཅིག་བཅས་སྤྱི་  
ནས་འཁྱོར་མོད་སྤྱི་མ་རྣམས་ལྟང་ཙམ་གཙོ་བོར་བྱས་ཤིང་རིགས་པ་ལྟར་སྤྱི་  
བ་མང་བས་རེ་ཞིག་ལན་གྱི་སྤྱི་མ་དགོས་པ་མེད་པར་མཐོང་ནས་མ་བྱས་ལ།  
དེ་དག་གི་ནང་ན་རབ་གསལ་གྱི་རྩོད་ལན་འདི་བལ་ཆེར་རིགས་པས་དབྱང་  
པ་བྱས་ཤིང་གཞན་གྱི་རྩོད་ལྷན་བ་ཙམ་དུ་མཐོང་ནས་འདི་ལ་བསྐྱོན་ཏེ་ཆགས་  
སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་དུ་མི་འཇུག་པར་ཉམས་མཚར་ཙམ་དུ་ལན་རྩུང་བྱེད་  
ན། རྩོད་ཡིག་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་  
རངས་པའི་གནས་ལས་ཅི་ཡོད། ཁོ་བོས་ཀྱང་རྩོད་ཁ་བ་ཆེན་བོས་མཁས་  
ཚུ་ལ་བཟང་བོའི་ཕྱག་རྒྱེས་ལ་བྱིད་ཅག་གིས་བསྐྱགས་པ་ལས་མི་ཞན་པ་ཙམ་  
ཤེས་ནས། དེའི་གསུང་གི་ཟབ་གནད་དུ། དངོས་སྤྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་མ་  
མ་ཡིན་དགག་ཏུ་བཟུང་བས་སྤྱི་མ་ཉིད་ལེགས་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པར་  
མ་སོང་ལ། རང་ལུགས་མེད་དགག་གི་སྤྱི་མ་ཉིད་དང་རྩོད་འཇུག་ལག་ལ་མེད་

དུ་གོ་ཚུལ་གསུང་བ་སོགས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ་སྒྲམ་དུ་ངེས་ཤེས་སྒྲེས་མོད་ཀྱི། དེང་  
 སང་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་བརྒྱུད་པ་འཛིན་པར་ཁས་འཆེ་བ་དག་གིས་ཀུན་  
 རྗེ་བརྒྱམས་རང་གི་ངོ་བོས་མི་སྟོང་པར་དགག་བྱ་ཡན་གར་བ་བདེན་གྲུབ་ཀྱིས་  
 སྟོང་པར་བཞེད་པ་མང་བས་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་དགག་དུ་སོང་ཞིང་། དེ་ལྟར་  
 བ་རང་རྒྱུད་པ་དངོས་སྒྲུབ་པའི་གཤམ་དུ་འཕེན་པའི་རིགས་པའི་འཕུལ་མཚམས་  
 རང་ཉིད་ལའང་མཚུངས་པ་དང་། བདེན་གཉིས་འགལ་འདྲར་འཛིན་པ་  
 དངོས་སྒྲུབ་པའི་ལུགས་དཔུགས་འབྱིན་པར་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱིས། དེ་ལྟར་  
 འདོད་པ་དེ་དག་རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་དགོངས་པ་གསལ་བའི་རྒྱན་དུ་འགྱུར་བར་  
 དཀའ་སྒྲམ་སྟེ། ལྷ་མགྱུར་ལས་ཀྱང་། ད་ལྟ་རང་རེ་ཡི་སྒྲོ་གསལ་འགའ་ཞིག །  
 སྒྲུང་བ་ཡིང་ཡིང་དེ་རང་སར་བཞག་ནས། །དགག་རྒྱ་རྩ་ཅན་ཞིག་ཆོལ་བར་  
 འདུག་ཀྱང་། །ཨ་མ་ཆུན་མོ་དེ་བློས་དོགས་འདུག་གོ །ཞེས་གསུངས་པ་  
 སོགས་དགེ་ལྡན་གྱི་བརྟན་འཛིན་པལ་མོ་ཆེའི་ཐུགས་མཛོད་ན་སྒྲུང་སྟོང་  
 ཟུང་འཇུག་སྒྲོས་བྲལ་ཉིད་རྗེའི་དགོངས་པར་གནས་པ་ཡོད་པས་ལེགས་པར་  
 དབྱེད་ན་བོད་སྔ་ཕྱིའི་དམ་པ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྒྱམས་དགོངས་པའི་གནད་  
 གཅིག་པར་མཐོང་མོད་ཀྱི། དེང་སང་ནི་དེ་དག་དགོངས་པ་གཏན་མི་གཅིག་  
 ཅེས་ནན་ཏན་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་སུ་ཆོས་བཞིན་དབྱེད་ཀྱང་ཆགས་སྒྲུང་གི་རྒྱ་  
 བྱེད་པ་ལས་དགོས་པ་མེད་པར་གྱུར་ན་ཡང་། སྒྲོ་བཟང་རབ་གསལ་ཁོང་གི་  
 ཙོད་ཡིག་དུ། ཀྱེ་མ་ཆུན་བུ་ལྷ་པའི་ལམ་དུ་བཏང་ན་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་འཛིག་

མོད། ད་རེས་འཛམ་གླིང་གི་མ་ལས་མི་མ་ལས་བགྲང་ཡས་བས་སྒྲིག་ཆེན་ཁྱེད་  
 དུ་ཁྱེད་བའི་གོགས་དན་བྱེད་བར་འདུག་བས་མི་སྒྲིན་སྒྲམ་དུ་སེམས་དཔའ་  
 བསྐྱེད་དེ་སྒྲུས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་ཚུལ་འདྲ་བར། བདག་གིས་ཀྱང་  
 ཆགས་སྤང་གི་ཀྱན་སྒྲོང་མེད་བར་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གནད་འཆོལ་བའི་བསམ་  
 བས་པོད་སྔ་ཕྱིའི་མ་ལས་གྲུབ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པའི་ཞེ་ཤུག་བརྟགས་པའི་  
 ཆེད་དུ་ཕྱང་ཟད་རེ་སྒྲུས་པ་ལ་སྤང་ཞུགས་མེད་བར་དབྱེད་ན་སུ་ལ་པན་ཆ་  
 མེད་སྒྲམ་ཞིང་། གལ་ཏེ་བདག་རང་ཉིད་ནི། ཅི་སྐད་དུ། རྟོག་གི་རྟེན་ཅིང་  
 མ་ངེས་ལ། །མ་ཁུབ་ཀྱན་རྫོབ་སྒྲིབ་པ་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་  
 གཤིས། ལམ་ཡང་དག་དང་མི་མཐུན་པའི་སྒྲུབ་བྱུང་ན། གང་སྔ་ཞིག་གིས་  
 བཀག་ཀྱང་། ཡང་དག་རིགས་པས་དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་ཞིག་ན་ནད་འབྱེན་པའི་  
 སྒྲུབ་བཞིན་དུ་བརྟ་ཡིས་ལོག་པར་སྒྲུབ་ཅི་ཕྱིན་དུ་མི་བགྱི་སྟེ། བདག་ཅག་  
 རྣམས་རྣམ་གྲོལ་དོན་གཉིས་སྟོན་པ་གཅིག་གི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་  
 ད་ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ཞེས་རེས་སུ་ཆད་པ་ཅི་ཡང་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་  
 དོན་རྩྱུང་ཡིག་ཏུ། ཡན་ལག་འདི་དག་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། ཡན་ལག་འདི་  
 དག་ཅེས་པ་བསམ་གཏན་ལ་འདོད་དགོས་ཀྱི། བར་ཕྱིན་གཞན་གེས་རབ་  
 ཀྱི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་གོགས་སུ་བཤད་པ་མི་འཐད་ལ། མདོ་རྒྱན་ལས། སྔ་  
 མ་ལ་བརྟེན་ཕྱི་མ་སྟེ། ཞེས་དང་། སྒྲོད་འདུག་ཅུ་བར། ལུས་པས་བསོད་  
 རྣམས་ཆོགས་བསགས་ཏེ། ཞེས་སོགས་ལུང་མང་པོས་སྒྲུབ་པ་ལ། ཡན་

གྲིང་ལ་བམི་བྱ་སྟེ། བར་ཕྱིན་མ་མ་མ་རྒྱ་དང་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་འབས་སུ་བཤད་  
 ཚུལ་ཀྱང་ཡོད་ལ། བར་ཕྱིན་གཞན་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལྟ་ཅིག་བྱེད་པའི་གྲོགས་  
 སུ་བཤད་པའི་ཚུལ་ཡང་ཡོད་དེ། །གང་ཆེ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཡོངས་སུ་ཟེན་  
 གུར་ན། །དེ་ཆེ་མིག་རྟེན་གུར་ཅིང་འདི་ཡི་མིང་ཐོབ་པོ། །ཞེས་སོགས་ལུང་  
 མང་ཡང་མ་སྟོས་ཏེ། མདོར་ན་བཤད་ཚུལ་གཉིས་པོ་གང་ལྟར་ཀྱང་འགལ་  
 བ་མེད་པས་མཐའ་གཅིག་རྒྱ་ཞེན་པའི་ནི་ཆེ་བའི་ཤེས་རབ་ཙམ་ལ་ཕན་གཞོད་  
 ཅི་ཡང་མི་འདུག་མོད། རྒྱ་གཞུང་ལ་འདྲིས་སྐད་ཀྱིས་རྒྱན་ལུག་གཏིབ་པོ་  
 ཞེས་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་བཅས་བརྗོད་པ་ནི་ཉམས་མཚར་ཙམ་སྟེ།  
 རིགས་པས་གཞོད་པ་མེད་ན་གཞུང་གི་བཞེད་ལུགས་འཐེན་ཅོད་ཙམ་ཀྱིས་  
 སྒྲ་བ་ཉལ་ཉལ་ཅིག་འཛིགས་མེད་སང་གའི་ང་རོར་ག་ལ་འགྱུར། ཡང་ཁྱོད་  
 ཀྱི་ཁྱེ་ཀར། ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྒྲངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པ་ལ་སྦྱིན་སོགས་དེའི་  
 གྲོགས་སུ་བརྟན་ཟེར་བ་ལྟར་ན། དོན་ཞེས་པའི་འབྲུ་བརྒན་པ་མི་འཐད་དེ།  
 དོན་ནི་ཤེས་རབ་ལ་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཤེར་འབྲུང་གི་འགྲེལ་བར། དོན་རྒྱ་  
 ཞེས་སྒྲར་བརྗོད་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་དགོས་པ་ཡིན་ཞིང་ཞེས་སོགས་དངས་  
 བས་བརྒྱལ་བ་ནི། ཤེས་རབ་སྦྱེད་པའི་དོན་རྒྱ་ཞེས་པ་དང་། ལམ་གྱི་གཙོ་  
 པོ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྒྲངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་དོན་རྒྱ་ལམ་གྲོགས་  
 སུ་ཞེས་པའི་འགྲེལ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་འདིར་ཕྱི་མ་ལྟར་བཤད་པའི་  
 སྐབས་ན་མ་མ་ལྟར་བཤད་པའི་ལུང་གིས་ག་ལ་གཞོད་དེ། གྲོགས་སུ་བཤད་

མི་རུང་བའི་རིགས་པ་ཡང་དག་མེད་ལ། ཅིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཤད་པ་མི་འཐད་ན། བྱེད་ཅག་གིས་ཀྱང་ཚོགས་མཐའ་ཡས་པས་ཟིན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་དོན་དུ་ཞེས་འགྲེལ་བའི་ལུགས་རྒྱུས་ཀྱང་ཞར་ལ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་རི་སྐད་དུ། ཡང་དག་ཤེས་ཚོལ་སྟོན་བཏང་སྟེ། །ལྟ་བུ་ཐིབ་གནས་འཛིག་ཏེན་ལ། །ཞེས་སོགས་ཞི་འཚོའི་གསུང་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་བྱུང་གི་དོན་བཞིན། ཤེས་རབ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། རྗེས་སུ་འོང་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀ་རྗེ་སྤྱི་མས་ཀྱང་བཞེད་པའི་སྟོང་པོར་གསལ་བཞིན། བྱེད་ཀྱིས་ཕྱོགས་གཅིག་པའི་འཆད་ཚུལ་སྟོན་ག་པོ་འདི་ཞིབ་པར་འབེལ་ན་སུ་ལ་གཞོད་ཆ་མ་མཆིས་ཀྱང་མང་དུ་སྟོན་མ་དགོས་སོ། །

ཡང་ལྟན་ཅིག་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱང་པན་ཚུན་གྲོགས་སུ་ཐལ་བ་འཕེན་བ་དང་། ཚོགས་གི་རྒྱས་པ་བཏོན་ན་རྒྱལ་པོའི་འདོད་དོན་ལྟ་བུར་གོ་བར་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་བརྗོད་པ་ལ་ནི་སྟོང་པོ་ཅི་ཡང་མེད་དེ། ཐབས་ཤེས་པན་ཚུན་གྲོགས་ཡིན་ཡང་སྐབས་འདིར་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་དབང་གིས་ཤེས་རབ་ནི་ལམ་གྱི་གཙུག་པོའི་དོན་དུ་བཞག་པར་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། བྱེད་ལྟར་ཤེས་རབ་སྟོན་པའི་དོན་དུ་བཤད་ན་ཡང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་ཟིན་པར་པར་ཕྱིན་གྱི་མིང་མི་ཐོབ་པས་པན་ཚུན་གྲོགས་སུ་ཐལ་བ་དང་། རྒྱལ་པོའི་འདོད་དོན་ཅིས་དམིགས་སུ་བཀར་མི་དགོས་ཏེ། རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ལྟན་ཅིག་པའི་འཁོར་དང་བཅས་པས་བསྐྱབ་བྱའི་དོན་བསྐྱབས་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་དཔེ་ཉིད་

དུ་རུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཡང་ཤེས་རབ་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་ཙམ་ཡིན་ཞེས་པའི་  
 ཙམ་སྒྲས་ཚིག་མཐོན་གྲངས་བར་སྒྲུང་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲོབ་དཔོན་  
 ཙམ་དང་ཁྱོད་སྒྲོབ་མ་ཙམ་ནི་ཡིན་པར་སྒྲུང་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་ལན་བརྗོད་པ།  
 ཁོ་ན་དང་ཙམ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུ་འདི་དག་བརྗོད་འདོད་དང་སྒྱུར་ཚུལ་གྱི་དབང་  
 གིས་མི་ལྟན་ནམ་གཙོད་དང་གཞན་ལྟན་ནམ་གཙོད་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་  
 མོ་སོར་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པས། རྟོགས་པའི་ལུ་ཚུགས་འདིས་ཅི་བྱ་སྟེ། གཙོ་བོར་  
 བསྟན་པ་ཙམ་ཡིན་ཞེས་པས་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པ་གཙོད་དེ་སེམས་ཙམ་ཞེས་  
 པས་སེམས་ལས་གཞན་པ་སེམས་མ་ཡིན་པ་གཙོད་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཚུང་  
 ལ་ནན་ཏན་བརྟགས་པ་ཁྱེད་ནི་ཙམ་སྒྲུ་འཆད་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་ཙམ་ནི་ཡིན་  
 པར་མངོན་ནོ། །

ཡང་ལྟེ་ཀར། ཁྱོད་བརྟགས་པའི་བདག་ལས་སྒྲོ་ལྟག་པར་མི་རུས་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བདག་དེ་ལས་ཀྱང་ཞེས་སོགས་བཤད་པ་རྟོགས་  
 མཁུངས་ཀྱངས། དེ་མི་འཐད་དེ། ཤེར་འབྱུང་གིས་བདག་མཐོང་བ་ལས་  
 ཀྱང་ངོ་ཞེས་སོགས་དང་། དགོ་བ་ལྟས། སེམས་ཙམ་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་ཁྱོད་  
 ཀྱི་ཚོངས་པ་དེས་ཀྱང་ར་རྒྱལ་བ་སྒྲོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་སོགས་གསུངས་  
 པས་ཁྱོད་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་འདི་རང་སྒྲོའི་དྲི་མ་འཕགས་ལུལ་པའི་གཞུང་བཟང་  
 ལ་བསྒྲོ་བའོ་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་བརྗོད་པ། གཞུང་སོ་སོས་འཆད་ཚུལ་མི་འདྲ་  
 བ་བྱས་ཀྱང་དོན་ལ་འགལ་བ་མེད་ན་མཐོན་པ་ཁོ་ན་བསྒྱུར་སྒྲོས་མ་བྱས་པ་ཙམ་

ཞེས་གིས་སྒྲིན་ཅི་ལ་འགོ་བྱེད་ཅག་གི་ལྷགས་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱ་  
གཞུང་སོ་སོའི་འཐད་ཤྱགས་བཟུང་བའི་འཆད་ཚུལ་དུ་མ་ཡོད་ཀྱི་དགོ་ལྟ་དང་  
ཤར་འབྱུང་ཁོ་ནའི་བསྐྱར་སྒྲོས་སུ་མ་ངེས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་  
ཚུད་ལན་འདིར་ལུང་སྟེ་མ་དངས་པའི་དོན་བཤད་པར་འདོད་ནས། སེམས་  
ཅམ་དུ་སྟེ་སེམས་ལྡན་དུ་ཞེན་པའི་འབྲས་ཁུའི་ཚོངས་པ་དང་རྒྱལ་བསྐྱོག་པར་  
མི་འགྱུར་ཏེ་བྱ་བའི་ཚོངས་པ་འང་ཚོངས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟག་བསྟུལ་  
ཀྱི་རྒྱ་བསྐྱོག་པར་མི་རྣམས་པ་ཞེས་བཀོད་པ་ལྟར་སེམས་ལྡན་དུ་ཞེན་པ་འབྲས་  
ཁུའི་ཚོངས་པ་ཡིན་པ་དང་། བྱ་བའི་ཚོངས་པ་འང་ཚོངས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་སྟག་བསྟུལ་ཀྱི་རྒྱ་མི་བསྐྱོག་ཅེས་འདོད་ན། འོག་ཏུ་ཐོབ་བྱར་ཞེན་པ་  
བཀག་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོགས་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་འགོག་  
པའི་བདུད་རྟིག་ཅན་བཅུན་པའི་གཟུགས་སུ་འོང་ཞེས་པའི་སྒྲིན་དེ་བྱེད་རང་  
གིས་ཀྱང་རང་སྒྲུས་རང་གི་ཁུར་དུ་ལེན་དགོས་པས་ཆོག་སྟེ་འགལ་བ་དངོས་  
སུ་བསྟན་པར་ཟད་དོ། །འདི་སྐབས། དཔེན་པ་རི་དྲགས་ཆོགས་ལ་ཅི་ཡང་  
མུང་། །མཁས་པའི་བྱ་བ་འཕྲིགས་ཆོས་ཀྱི་ཆོང་བཤལ་དུ། །ཞེས་སོགས་པར་  
སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དོན་ལྟར། མཁས་པའི་བྱ་བ་འཕྲིགས་པའི་ཆོས་  
ཀྱི་ཆོང་བཤལ་ནས་འོང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་གཟུགས་བསྟུལ་བཤད་གི་ཡིག་  
འཕྲིན་མཐོང་བས་ཡ་མཚན་སྟམ་མོ། །

ཡང་ཁྱི་ཀར། བཏགས་ཅམ་རྟེན་འབྱུང་གི་སྒྲུང་བ་སོ་སྒྲུའི་དོར་མི་སྒྲུང་བའི་

སྐྱབ་བྱེད་མེད་ལ་ཞེས་པའི་ལ་སྐྱ་དང་ར་སྐྱ་ནམ་དཔྱེ་གཉིས་པ་ཡིན་དགོས་  
པས་ལས་ཀྱི་སྐྱ་ལྟག་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལྟར་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡང་  
སོ་སྦྱེའི་ངོར་མི་སྒྲུང་པའི་རིགས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་མེད་པས་དེ་གཉིས་མི་མཚུངས་  
པར་བསྐྱབ་པའི་དམ་བཅའ་ཉམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་འདྲ་བར་སྐྱར་ན་སྐྱ་ཕྱི་  
འགལ་ཏེ་ཞེས་སོགས་ཟེར་བ་འདི་གྲུ་ཚོམ་གྱི་བརྒྱལ་བ་ཉགས་འབའ་ཞིག་སྟེ།  
སྒྲུང་བ་ལ་ཞེས་པའི་ལ་སྐྱ་སྐྱབ་བྱེད་འགོད་པའི་རྟེན་གནས་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་ལ། སོ་  
སྦྱེའི་ངོར་ཞེས་པ་གང་གི་ངོར་མི་སྒྲུང་བར་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ཐ་དད་པས་ན་ལས་  
ཀྱི་སྐྱ་ཅི་ལ་ལྟག་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་སོ་སྦྱེའི་ངོར་སྒྲུང་དུ་མེད་པར་རིགས་  
པའི་སྐྱབ་བྱེད་མེད་ཀྱང་། སྒྲུང་བ་ལྟར་མ་གྲུབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡོད་པས།  
རྟེན་འབྱུང་གི་སྒྲུང་བ་དང་། སོ་སྦྱེའི་ངོར་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་ཀྱང་གྲུབ་  
པར་སྒྲུང་བ་གཉིས་འདྲ་བར་བཞེད་པ་བྱེད་གྱིས་ཆོག་འདི་བདེན་གཉིས་དཔྱོད་  
པའི་རིགས་པ་ལ་མཁས་པའི་གསུང་གི་བྱད་ཆོས་ཞིག་ལོས་ཡིན་སྟམ་སོ། །  
ཡང་ཁོང་ན་རེ། སངས་རྒྱུས་པའི་ཆེ་སེམས་དང་སྟོ་ཟད་པས་དེས་བཞག་པའི་  
ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲུང་བ་རུབ་པར་མང་དུ་བཤད་ལ། མཐར་ཐུག་གི་མཁྱེན་གཉིས་  
ཞེས་ཀྱང་བྲིས་པ། ཀུན་མཁྱེན་ངག་གི་དབང་པོས། ལྷུངས་འདིར་འགལ་  
འདུ་མང་བྲིས་ཁུར་ཆེ་ཡང་། ལྷགས་བཤད་སྐད་དུ་བྲག་ཆ་ལྟར་སྒྲོགས་བྱེད། །  
ཅེས་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་བརྟེན་པ། གཟུང་འཛིན་ཅན་གྱི་སེམས་དང་  
སྟོ་འགག་པར་གསུངས་པ་པོ་དེ་བཞིན་གསལ་བ་དང་གིང་རྟ་ཆེན་པོ་ནམས་



གྱི་གཞུང་ལས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན་ལ། མེས་པོ་ལོག་ཀྱང་གཞུང་འཛིན་  
མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པས་མཁུན་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་ན་ཕྱོགས་  
རེའི་མིག་ཅན་དག་གིས་ཕྱོགས་རེའི་ཁས་ལེན་གྱིས་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་  
གཞུང་རབ་ཟབ་མོའི་དོན་འགལ་འདྲར་མཐོང་བ་རང་གི་སྒྲོ་སྒྲོན་དུ་ཟད་དོ། །  
ཡང་ཁོང་ན་རེ། བདག་མེད་བསྒྲོམས་ནས་སྤོང་ཟེར་བའང་འགལ་ཏེ། མ་  
ཡིན་པར་བཀག་ཀྱང་དངོས་མཐའ་ཙམ་དང་། དངོས་མེད་དུ་བཟུང་ན་ཡང་  
མཐར་ལྷུང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས་སྤངས་ཏེ། དགག་སྒྲུབ་གྱི་འཛིན་སྤངས་  
ཞིག་པ་དགོས་ཞེས་བྲིས་པས། ལྟ་མགུར་དུ། རིག་འཛིན་ཞིག་པོ་རྣམས་  
བཟང་ཞེན་མི་དགོས། །ཞེས་པའི་རང་མདོག་བསྟན་ཁིང་ལུགས་མེད་ལུག་  
རྟགས་གྱི་གྲུབ་མཐའ་འཆའ་བར་ཟད་དོ། །ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་ལན་སྟུང་པ།  
མཉམ་བཞག་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་  
དོན་དམ་གཞལ་བའི་སྐབས་སུ་འཛིན་སྤངས་མཐའ་དག་ཞིག་པར་བཤད་པ་  
ནི་བདེན་ཡང་། རྗེས་གྱི་རེས་འོར་འཛིན་སྤངས་ཐམས་ཅད་ཅི་ཡང་མི་རུང་  
ཞེས་སྒྲུབ་ཀྱི་དག་གཅིག་བྱེད་མཁན་གྱི་ཕྱོགས་སྒྲ་སྒྲུབ་པ་སུ་ཡང་མེད་བཞིན།  
ཕྱོགས་སྒྲའི་ནམ་མ་ལངས་པར། དགག་གཞག་གི་ཉི་མ་འཆར་བ་ཞེས་པའི་  
དཔེར་སྤོང་དོ། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། རྟེན་རྟེན། བདག་ཏུ་འཛིན་པའམ་པོ་སྟུང་པའི་ད་ཀྱུལ་ནི་བདག་  
ཡོད་དུ་བཟུང་བའི་སྤོངས་པས་འཕེལ་བར་བྱེད་དེ། ཞེས་དང་། སྤོངས་པ་མེད་

ན་བདག་རྒྱ་མི་འཛིན། བདག་འཛིན་མེད་ན་འཁོར་བར་མི་སྐྱེ་ཞེས་ཟེར་བར་  
བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། རྣ་མ་མེད་ན་སྤྱི་མ་མེད་པའི་འབྲེལ་པ་འདི་བདག་གཅིག་  
འབྲེལ་ལམ། དེ་བྱུང་འབྲེལ་གང་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་བདག་འཛིན་དེ་མེད་  
ན་བདག་ཡོད་དུ་བབྱུང་བའི་ཚྲོངས་པ་དེ་ཡང་མེད་ཅེས་མཚུངས་ཤིང་། གང་  
འཕེལ་བ་དང་གང་གིས་འཕེལ་བའི་ཁྱད་པར་རྒྱ་ཤིང་གི་སྡིང་པོར་སོན་ནོ། །  
ཚྲོངས་པ་དེ་འཕམ་བདག་འཛིན་དེ་མེད་ན་ཞེས་པའི་ཚིག་གིས་སྒྲོས་པའི་ཁུར་  
མ་ཐེག་པའི་སྐྱེ་སྐྱེགས་ཏེ། ཆེས་བརྒྱུད་པའི་གཞུང་གི་ཞུགས་བཅན་ཞིང་ཡིད་  
རྒྱ་བའི་འབྲེལ་འགྲིགས་པར་དཀའ་ཞེས་འཛེར་བ་བདེན་དེས་སོ་ཞེས་ཀྱི་མ་  
ཀྱི་རྒྱད་སོགས་ཚིགས་བཅད་དང་བཅས་ཏེ་བརྗོད་པར་བྱས་སོ། །ཡང་གཉིས་  
པ་དེ་བྱུང་འབྲེལ་ལྟར་ན་བདག་ཡོད་དུ་བབྱུང་བའི་ཚྲོངས་པ་དེ་བདག་འཛིན་  
ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་པ་དང་། བདག་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དབྱུད་དེ་སྤྱི་མ་རྣ་མའི་  
རྒྱར་ཡང་བསྒྲོག་གོ། །བྱམས་མགོན་གྱིས། འཛིག་རྟེན་ཚྲོངས་པའི་རྣམ་པ་ཚབ་  
ཆེན་འདི་ཀོ་ཅི་ལྟ་བུ། ཞེས་གསུངས་པ་མད་དོ། །འོན་ཏེ་དེ་གྱིས་ངེ་ལྟར་འབྲེལ་  
ཞེན། ཆེས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གྱི་རྩ་བ་བརྟན་པས་ན། འབྲས་བུ་སྐྱེག་བསྐྱེལ་  
སྤྱི་སྤྱིར་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། གང་ཟག་གི་བདག་  
འཛིན་བསྒྲོག་པ་དེ་ལས། ཡང་ཆེས་ཀྱི་བདག་རྒྱ་འཛིན་པ་བསྒྲོག་པ་མེད་དོ་  
ཞེན། ཆེས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་རྟོགས་པའི་ཤར་སྤྱན་བསྒྲོམ་པ་མཚོག་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་ཞེས་པ་སྟེ་ཞེས་སོགས་ངེ་སྤྱིད་ལུང་པོར་འཛིན་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་ལུང་

དང་བཅས་ནས་རང་བཟོད་ཅད་ཁམ་ཆེན་པོ་སྟོན་ཏུ་བཏང་ནས་དེ་ལྟར་སྤྲོས་སོ། །འདི་ལ་ལན་བརྗོད་པ། གོང་ལྟར་བཤད་ཚུལ་དེ་ནི་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་ཡིན་ཀྱང་ཁྱོད་གྱིས་བརྗོད་པའི་སྟོན་དེ་ག་ལ་ཡོད་དེ། གང་འཕེལ་བ་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་ར་རྒྱལ་ལས་ངའོ་སྟམ་པའི་ར་རྒྱལ་ཡིན་ལ། གང་གིས་འཕེལ་བྱེད་བདག་ཡོད་ཏུ་བཟུང་བའམ་བདག་འཛིན་ཡིན་ཏེ། བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་ངའོ་སྟམ་པའི་ར་རྒྱལ་འབྱུང་ཞིང་། བདག་འཛིན་ནི་ལྟ་བའི་ཆ་དང་། ར་རྒྱལ་ནི་ར་རྒྱལ་བདུན་གྱི་ནང་ཆོན་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་བྱས་ན་མི་འཐད་པ་གང་ཡང་མེད་དོ། །ཉོན་མོངས་སྟོན་རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་ཆོག་པ་ལ། ལྟ་ལས་བྱུང་བར་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཁྱོད་པའི་རྣམ་པ་ཆབ་ཆེན་ཟེར་བ། འཛིག་ལྟ་ལས་ར་རྒྱལ་བྱུང་བར་བཤད་པ་ལ་ཟེར་ན། དེ་འདྲ་མི་འཐད་ཅེས་བསམ་པས་ཐ་དོལ་ལ་དགག་སྒྲུབ་གྱི་ལས་སུ་དགོངས་ཁྱོད་ཀྱི་བྱེད་པ་ལྟར་ཉན་ཏུ་བཏུབ་ན་མ་གཏོགས་རིགས་པའི་ལན་གྱི་གོ་སྐབས་རྒྱ་ཆེར་བྱེས་པས་སྒྲུབ་བ་བསྐྱུང་བར་ནི་མི་བྱེད་དོ། །ཆད་ཚུལ་གཞན་ཡང་། བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་ར་རྒྱལ་འདི་ལ་ཏྲག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་སོགས་སུ་འཛིན་པའི་ཀྱན་བརྟགས་དང་། དེ་འཕེལ་བྱེད་བདག་འཛིན་ལྟན་སྟེས་གཉིས་གྱི་དོན་ཏུ་བཤད་ཀྱང་མི་རུང་བ་མེད་པས་གཞོད་པ་དེ་ནི་སྟོན་རྒྱུ་འཛིན་སུ་བསྟེགས་སོང་ངོ། །

ཡང་ན་བདག་ངོ་བོས་ཡོད་པར་བཟུང་བའི་སྟོངས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས། བདག་

ཏུ་ཆགས་ཤིང་རྒྱལ་བ་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་འང་རུང་སྟེ། ཉོན་ཡིད་ཀྱི་འཁོར་  
 དུ་ཚྲོངས་སོགས་བཞི་བཤད་བ་བཞིན་ཏེ། འཛིག་ལྟའི་རྒྱ་དང་རྒྱ་ཅན་གྱི་ཉོན་  
 ཚྲོངས་དུ་མ་ཡོད་པར་བཤད་བ་བཞིན་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་དོན་གྱིས་སོ། །  
 འོ་ན་བདག་ཡོད་དུ་བཟུང་པའི་ཚྲོངས་བ་བདག་ཆགས་སོགས་གཞན་འཕེལ་  
 བྱེད་ཡིན་པ་ལྟར། བདག་ཏུ་རྒྱལ་བ་སོགས་ཀྱང་མེད་ན་ཅིག་ཤོས་མི་འབྱུང་  
 བའི་ཕྱིར། ཡན་ཚུན་རྒྱར་ཐལ་བའི་སྒྲོན་སོན་གནས་སོ་སྒྲུལ་ན། སྒྲོན་འདི་  
 མེད་དེ། བདག་ཡོད་པར་བཟུང་བ་ཅམ་ཞིག་བསྐྱོག་པར་བྱ་རྒྱའི་ཚྲོངས་བ་  
 ཡིན་ནམ་མིན་སྒྲུལ་པའི་དོགས་བ་བསལ་ཏེ། དོན་དམ་པར་བདག་ཡོད་པར་  
 བཟུང་བ་ཅམ་གྱིས་སྒྲུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་བདག་ཏུ་རྒྱལ་བ་  
 འཕེལ་བར་བྱེད་དེ། ལུས་ལ་ལུས་དབང་ཇི་བཞིན་དུ། །གཏི་མུག་ཀུན་ལ་  
 གནས་བ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་བ་བཞིན་དུ། འཛིག་ལྟ་དང་འདྲེས་པའི་མ་དེག་  
 བ་དེའི་ཆ་ནས་དེ་བདག་ཏུ་རྒྱལ་བའི་རྒྱར་བཤད་བ་མེད་ན་མི་འབྱུང་གི་  
 འབྲེལ་བ་བརྗོད་པ་ལ་འགལ་བ་ཅུང་ཟད་མེད་ཅིང་། གཞུང་སྤྱི་ལས་ཚྲོངས་  
 པའི་དབང་གིས་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་འབྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཚྲོངས་བ་མེད་  
 ན་བདག་ཏུ་མི་འཛིན་ལ། ཚྲོངས་པའི་དབང་གིས་སྒྲུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱར་གྱུར་  
 པའི་བདག་འཛིན་འཕེལ་བས་ན་ཚྲོངས་བ་དེ་ཉིད་བསྐྱོག་དགོས་པར་གྱུ་བ་  
 བ་ཉིད་རྒྱལ་བ་གྱི་བསྐྱུབ་བྱ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་གཞོད་མེད་དུ་འགྱུར་བོ། །དེས་  
 ན་འབྲེལ་བ་གཉིས་པོ་གང་ལྟར་བཤད་ཀྱང་རང་གི་ལག་ན་ཐོགས་པའི་ཞགས་

པ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་ཡི་རྒྱས་པ་ཡོད་ན་འཆད་པའི་སྒྲོ་དོག་པར་ནམ་ཡང་མི་འགྱུར་  
རོ། །ཁྱེད་ཀྱི་བཞེད་པ་དེ་ལྟར་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གྱིས་གང་ཟག་གི་  
བདག་འཛིན་གྱི་རྒྱ་བྱེད་པའི་དེ་ལྟར་འབྲེལ་དུ་ཁས་སྤངས་པ་ལྟར་ན། གང་  
ཟག་གི་བདག་འཛིན་གྱི་རྒྱ་ཆོས་སུ་འཛིན་པ་དེ། གདགས་གཞི་སྤང་པོ་རྣམས་  
ལ་སྤང་པོ་ཙམ་དུ་འཛིན་པ་དང་། སྤང་པོ་ལ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་བརྒྱུད་པ་གང་ཡིན།  
དང་པོ་ལྟར་ན་ཁྱེད་ཀྱི་ལུགས་ལ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་པོ་ཙམ་དུ་བརྒྱུད་པ་བསྒྲོག་  
བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐ་སྙད་དོན་མཐུན་གྱིས་གཞུང་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་  
གིང་རྟ་དང་སུམ་པ་ཐ་སྙད་དུ་འཛིན་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལྟར་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འཛིན་པའི་བྱེད་པར་སྒྱུར་ན། དང་པོར་རྒྱ་སྤང་  
པོ་ཉིད་དུ་བདེན་པར་བརྒྱུད་ནས་དེ་ནས་འབྲས་སུ་གང་ཟག་ཏུ་བདེན་པར་  
འཛིན་པའི་སྒྲོ་གཉིས་རིམ་ཅན་དུ་སྒྲིད་གོས་ན་ཡང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་  
རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་ངའོ་སྒྲུལ་དུ་འཛིན་པར་ཟད་ཀྱི་ཆ་གཉིས་སུ་འཛིན་པ་  
སྤྲུལ་ཕྱི་རིམ་བྱུང་ཅན་མེད་དོ། །ཡོད་ན་དང་པོར་ཆོས་ཀྱི་བདག་ཏུ་འཛིན་ལ་  
གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་མི་འཛིན་པའི་སྐབས་ཤིག་ཡོད་པས། ཐོག་མེད་ནས་  
གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད་པ་སོགས་  
རང་གིས་གཞན་ལ་གང་འཕེལ་བ་དང་གང་གིས་འཕེལ་བ་མི་འཐད་པ་སོགས་  
སྒྲིན་བརྗོད་པ་ཡང་དྲན་པར་བྱོས་ཤིག། སྤང་པོར་མ་བརྒྱུད་ན་ངར་མི་འཛིན་  
པས་དང་པོར་སྤང་པོར་བརྒྱུད་ནས་གཞོན་བདག་ཏུ་འཛིན་ནོ་ཟེར་ན། གིང་

རྟེན་ཡན་ལག་རྣམས་མ་བཟུང་ན་གིང་རྟེན་མི་འཛིན་པ་ས། གིང་རྟེན་འཛིན་  
 བ་ལ་ཡན་ལག་རྣམས་འཛིན་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་དང་། དེར་ཡང་རྒྱ་  
 རྟེན་ལྟ་བུ་གི་བར་དུ་དེ་ལྟར་འཛིན་དགོས་པ་ས། དང་པོར་རྒྱ་ལི་འཛིན་པ་  
 རྟེན་མ་ཐུག་མེད་ཞིག་བརྒྱན་མར་མ་སྦྱེས་གི་བར་དུ་ཚོས་གང་ཡང་འཛིན་པ་མི་  
 སྟོན་པར་འགྱུར་ཞིང་བདེན་གྲུབ་གི་ཁྱད་པར་སྦྱར་བའང་དོན་མེད་པར་འགྱུར་  
 རོ། །དེས་ན་ཡུང་པོར་འཛིན་པ་མེད་ན་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་མི་འབྱུང་  
 བའི་མེད་ན་མི་འབྱུང་གི་འབྲེལ་པ་བརྗོད་པ་ལ་སྟོན་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་གྱིང་།  
 གཞན་ལ་དེ་ཡུང་གི་འབྲེལ་བའི་ཐད་ནས་ཁྱེད་རང་གིས་བརྒྱལ་བ་ལ་ཉམས་  
 མཚར་དུ་ལན་བརྟན་པ་རིགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་བྱས་སོ། །དེ་ལྟར་མདོར་  
 བཏེན་འབྱུང་གི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་ལ་རི་ལྟར་སྒྲིབ་པ་ལྟར་བདེན་པར་བཟུང་བ་  
 འདི་ལ་ཚོས་རྣམས་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། གང་ཟག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་འཛིན་པའི་  
 རྒྱལ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པར་མཛད་གི། བདེན་པར་མ་བཟུང་ན་ཐ་སྟོན་དུ་ཡུང་  
 པོ་དང་གིང་རྟེན་དང་ང་ཅམ་དུ་བཟུང་ན་མི་རུང་བ་མེད་ཅེས་འདོད་པ་མིན་ནམ་  
 དཔྱད་ཅིག ཡང་ལྟེ་ཀར། མི་གནས་པའི་མུང་འདས་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཅམ་དུ་  
 ཐོབ་བྱར་ལྟ་བུའི་རྫོངས་པ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། དེ་གེས་སྒྲིབ་སྒྲ་མོར་བཤད་ཅིང་  
 ཚོས་ཉིད་མདོན་དུ་གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་གི་བར་དུ་མི་ལྟོག་གོ་སངས་རྒྱས་  
 ཚོ་འབྲས་སུའི་རེ་འདོད་ཟད་ཅེས་བཤད་པ་རྣམས་གིན་དུ་འགལ་ཏེ། མུང་  
 འདས་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཐོབ་བྱར་ལྟ་བུའི་ཚད་མ་མེད་པར་ཐལ། དེར་ལྟ་བུའི་

ལོག་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་ལྟ་བའི་མ་རིག་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་ཁས། བོད་དུ་འདོད་ན་རང་གིས་ཁས་སྒྲངས་དང་འགལ་ཏེ།  
 ཁྱིལ་ལས། སྤང་སྟོགས་ལ་བདག་ཏུ་བརྟག་ཅིང་ཞེན་པའི་སྒྲོ་རོར་བདེ་སྟག་  
 བསྟན་མེད་དུ་འཛོག་པ་དང་། མྱོངས་པའི་དབང་གིས་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྒྲོས་  
 བས་བཟུང་བ་ལ་འཁོར་བ་སྒྲུང་རོར་མི་བསྐྱུ་བར་ཡོད་ལ། དེའི་དབང་གིས་  
 འཁོར་བ་ལོག་པའི་མུང་འདས་ཀྱང་ཡོད་དེ། ཞེས་བཤད་པ་ཚིག་སྒྲིན་ཡང་  
 ཆེ་མོད། མ་རིག་པའི་རོ་ཅམ་ལས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པར་འཛོག་ན་བདེན་གྲུབ་  
 དང་རི་བོང་རྩ་ཡང་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། ཅུ་བར། དེ་ནི་རང་གི་  
 ཀྱན་རྫོབ་མིན། ཞེས་པ་དང་འགལ་ཞིང་། ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་ལ་ཐ་སྟང་  
 གྱི་ཚད་མས་མི་གཞོད་པ་དེའི་འོག་ཏུ་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་འཕྱོ་  
 བར་ལྟ་བ་དང་། འཕྱོ་བར་རེ་བ་ཀྱན་ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟོགས་སངས་རྒྱ་བའི་གོགས་གྱི་གཙུ་  
 བོར་ཁས་སྒྲངས་པས་བྱེད་ནི། མགོན་པོ་ཞི་བ་ལྟས། བསྐྱུ་ལ་བ་དུ་མར་  
 རབ་དགོངས་མཛད་པ་ཡི། །སྤུབ་དབང་རྣམས་གྱིས་འདི་ཉིད་ཐུག་པར་  
 གཟིགས། ཞེས་བསྟགས་པ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྐྱས་དང་བཅས་པའི་བགོད་  
 པ་གཙུག་པུའི་ལམ་རྒྱུ་རྣམས་གཞིག་པ་ཡིད་སྐྱབས་བདག་པོའི་སྟོན་པ་སྒྲིང་  
 གི་གཟུགས་གྱིས་བརྟུ་བ་སྟེ། དེང་འདིར་ལུང་རིགས་དྲི་མ་མེད་པའི་མཆོད་  
 སྒྲིན་གྱི་གཏོར་མ་འདིས་འགྲང་བར་གྱིས་ལ། འགལ་འབྱུལ་གྱི་རྟེན་པ་མི་

བཟད་པའི་མུང་པོ་ཐོགས་གིང་འབྲུད་པས་ན་ན་ར་ཀ་ཁམས་ཀྱི་སྒོ་ཁང་ནས་  
བདེ་བར་བཞུད་ཅིག་ཅིས་སྒོས་པའི་ཚིག་གི་མཚོན་ཆ་གདེངས་པ་ཁྱོད་དལ་  
ཅིག་བཞུགས་ལ་གསོན་ཅིག་ལན་བཟློད་པར་བྱའོ། །

ཀུན་རྫོབ་ཐམས་ཅད་མ་རིག་པའི་ངོ་ཙམ་ལ་འཛིག་ན། བདེན་གྲུབ་དང་རི་  
པོང་རྩ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་རྒྱ་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། ཞེས་བཟློད་པ་དོན་མེད་དེ།  
རི་རྩ་མེད་པར་ཐ་སྙད་དཔྱད་པའི་ཚད་མས་ངེས་ལུས་ཀྱང་། བདེན་གྲུབ་  
མེད་པར་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་ལུས་ན། དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མི་  
དགོས་པར་འགྱུར་ལ། མི་ལུས་ན་མ་རིག་པའི་ངོ་ཙམ་ལ་བདེན་པར་འཛིག་  
པ་ལས་སུའི་ངོར་འཛིག་དེའི་ཕྱིར་དོན་དམ་དཔྱད་པས་དབྱེད་ན་བདེན་གྲུབ་  
ཐ་སྙད་རྒྱ་ཡང་མེད་ཅིས་འདོད་དགོས་པ་བཞིན། དེ་བཞིན་རིགས་པ་དེས་སྒྲུ་  
སོགས་ཐ་སྙད་རྒྱ་ཡང་མེད་པར་ངེས་ལུས་ཀྱང་། དོན་དམ་དཔྱད་པའི་རིགས་  
པས་དབྱེད་བཟོད་གང་ཡང་མེད་པ་དང་རྟེན་འབྱུང་གི་སྒྲུང་བ་བསྐྱུ་མེད་སྒྲུ་  
འགག་སོགས་སྐྱུང་བ་ཙམ་ཐ་སྙད་རྒྱ་ཡོད་པ་གཉིས་འགལ་མེད་རྒྱ་གོ་དགོས་  
པའི་ཕྱིར་ན། འདི་སྐབས་ཀྱི་མཐོང་བ་བརྟུན་པ་ཞེས་པ་དབྱེད་བཟོད་རྒྱ་མེད་  
པ་ལ་འདོད་པས་ན། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྐྱུང་གི་བསྐྱུས་པའི་ཚོས་ཐམས་  
ཅད་མཐོང་བ་བརྟུན་པ་ཀུན་རྫོབ་ཙམ་རྒྱ་འདོད་མི་རུང་ན། གཉིས་སྐྱུང་མེད་  
པའི་མཉམ་བཞག་ནི་ལོག་ཤིས་ཅན་རྒྱ་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་ཡོད་པ་ལ་མེད་  
པར་སྐྱར་འདེབས་སུ་འགྱུར་རོ། དེ་སྐད་རྒྱ་ཡང་ཟླ་བའི་ཞབས་ཀྱིས། རབ་



རིབ་མཐུ་ཡིས་སྒྲུབ་ཤད་ལ་སོགས་པ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབ་ས་ནས་གསུངས་  
 པ་དང་། འདུས་བྱས་ལྟ་ཞིག་སྒྲུབ་ཆོག་ས་སྤོ་གྲོས་ཀྱིས་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། །  
 ཞེས་དང་། གང་ཞིག་གཏི་མུག་བརྟེན་ནས་ལས་འབྱུང་ཞེས་སོགས་གསུངས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །མདོར་ན་ཀྱན་རྫོང་བུ་ཡོད་ཆད་མ་རིག་པའི་དོ་ལ་འཛོག་དགོས་  
 པར་གཏན་ནས་མ་བཤད་ལ། ཀྱན་རྫོང་བུ་སྒྲུབ་པ་འགའ་ཞིག་མ་རིག་པའི་  
 དོ་ལ་བཞག་པ་ཡོད་པས། རྫོང་ས་པའི་དབང་གིས་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྒྲོས་པས་  
 བཟུང་བ་ལ་འཁོར་བ་སྒྲུབ་དོར་ཡོད་ཅིས་འཁོར་བ་རྫོང་ས་པའི་དབང་གིས་  
 བྱུང་བར་སྒྲུས་པ་ལ་ཆོག་སྒྲོན་ཅི་ཡང་མེད་དེ། གཏི་མུག་རང་བཞིན་སྒྲིབ་ཕྱིར་  
 ཀྱན་རྫོང་བུ། །དེས་གང་བཅོས་མ་བདེན་པར་སྒྲུབ་དེ་ནི། །ཀྱན་རྫོང་བདེན་  
 ཞེས་བྱུང་བ་དེས་གསུངས་ཏེ། །བཅོས་མར་གྱུར་པའི་དངོས་ནི་ཀྱན་རྫོང་  
 ཏུ་ལོ། །ཞེས་ཀྱན་རྫོང་བདེན་པ་དང་ཀྱན་རྫོང་ཅམ་གྱི་བྱུང་པར་བྱས་ཏེ་  
 གསུངས་པ་དང་། འབྲེལ་པར། དེ་ལྟར་གྲིད་པའི་ཡན་ལག་གིས་ཡོངས་སུ་  
 བསྐྱས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ཀྱན་རྫོང་བདེན་  
 པ་རྣམ་པར་བཞག་གོ་ཞེས་པ་འདི་བྱེད་ཅག་གིས་བདེན་འཛིན་ཉོན་སྒྲིབ་ཏུ་  
 འདོད་པའི་ཁོངས་སུ་དངས་པའང་དུན་པར་མཛོད་ཅིག འདི་སྐབས་སུ། ལྷོ་  
 ཀར། ཐོབ་པོ་སེམས་ཅན་དང་། ཐོབ་པའི་འབྲས་བུ་དོན་དམ་པར་མེད་པ་  
 དང་། སྒྲུབ་ཚུལ་གྱི་དོར་ཡོད་པར་གསལ་པོར་བཤད་པ་པོར་ནས་ཆོག་གི་  
 དུམ་བུ་འབྲེད་བཟུང་གི་རྒྱན་ལྟངས་དངོས་སུ་འདེབས་པ་ཅམ་གྱི་དགག་པ་

བྱས་པས་བཀག་གོ་ཚད་ན། ཁྱོད་རང་དཔལ་བར་སྐྱེ་བར་ཤོག་ཅེས་ཁྱོས་  
ཚིག་བརྗོད་པས་ཚིག་པར་གདའ་སྟེ། བདག་ནི་ཤིན་ཏུ་ཁོང་བགད་སྟོབ་  
བྱུང་ངོ་། ཅིའི་ཕྱིར་ན་ཐོབ་བྱེད་འཐོབ་བྱ་ཐོབ་པ་གསུམ་གྱི་འཁོར་གསུམ་དུ་  
གཏོགས་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་སྤང་བས། ཐ་སྙད་དུ་ཐོབ་འདོད་ལ་ཅི་ཞིག་གཞོད་  
དེ། ཁྱོད་རང་གིས་བདེན་གཉིས་འགལ་བར་འཛིན་པའི་ཁོང་སྒྲན་དེ་བསྤང་  
བར་ཟད་དོ། །ཟུང་འདས་ཀུན་རྗེ་བུ་འཐོབ་བྱར་ལྟ་བུའི་ཚད་མ་ཡོད་པ་ནི་  
ཐ་སྙད་དཔྱད་པའི་ཚད་མ་ཡིན་གྱི་ལོག་ཤེས་གལ་ཡིན། ཟུང་འདས་དོན་  
དམ་པར་དབྱད་བཟོད་དུ་འཐོབ་བྱར་ལྟ་བུ་ལ། དབྱད་བཟོད་དུ་མེད་པར་  
ཟུབ་པའི་ཚད་མས་བསལ་བ་ནི་དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་  
ལ། དོན་དམ་དཔྱད་པའི་ཚད་མས་བཀག་ཚད་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་མི་སྤིང་སྟམ་  
པའི་བདེན་གཉིས་འགལ་འདུར་བཟུང་བའི་སྟོ་སྒྲོན་གྱི་གདོན་ཆེན་དེ་འདི་ན་  
བསྤངས་ནས་ཁྱོ་ཁྱོ་རམ་རམ་དུ་འདུག་མོད། ལུང་རིགས་ཀྱི་གཏོར་མ་ཟ་ན་  
ཅུང་མི་སྒྲོན་ཀྱང་། ལུང་རིགས་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་ན་ཉེས་པའི་ལུང་བསྟམས་  
ཏེ་གར་འབྱོན་པའི་ཤུལ་ལམ་རྒྱས་ཡོད་དེར་ཅི་བདེར་བཞུད་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་  
པར་འདོད་ཀྱི་སྤང་བས་སྒྲབ་བའི་མ་ཡིན་ནོ། །

ཏྲི་ཀར། སྤིང་ཁེར་མངོན་ཞེན་གྱི་ཤེས་སྒྲིབ་སྤང་བ་ལྟོག་དགོས་པར་བཤད་  
འདུག་ཅིང་། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སང་གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པའི་  
བག་ཆགས་ཀྱང་སྤང་བར་འདོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན། འདི་ལྟར་གཞན་ལ་

སྤང་བའི་བྱུགས་ཀྱིས་སྤོང་ཞིང་མངོན་ཞེན་གྱི་རྣམ་རྟོག་མངོན་སྲུང་པ་མི་སྤོང་  
བར་འདོད་པ་ནི། སྤང་བཅས་རྒྱལ་བའི་བསྟོད་གཅིག་ལམ་འཁོར་གསུམ་  
དུ་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཤར་བྱིན་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཟབ་མོ་འགོག་པའི་  
སྤང་དུ་ཡིད་སྤྱད་སྤང་བའི་པོ་ཉ་བར་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས་ཞལ་གྱིས་  
བཞེས་པར་བྱུང་བོ། ཆོག་དོན་གྱི་གནད་གང་དུ་སྒྲིགས་པ་མ་མཐོང་བར་  
ཆོས་རྩམ་གྱི་ཁ་ཐད་བསྒྲགས་པ་དེས། འདིགས་མེད་སེང་གའི་ང་རོ་ཞེས་  
པའི་མིང་བྲལ་བར་བྱས་ཏེ། མདོ་ལས། ཆོས་གང་ལ་ཡང་མངོན་པར་མ་  
ཆགས་པར་བརྟེན་པ་དེ་ནི་སེང་གའི་སྒྲ་ཡིན་ནོ། །གང་མངོན་པར་ཞེན་པ་  
ཅན་ལ་ནི་སེང་གའི་སྒྲ་མེད་དེ། བའི་སྒྲ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་  
ན་གཞུང་དོན་གྱི་རིགས་པ་རྣམས་ལས་སུམ་འཇུག་གྱིས་མང་བའི་ཆོགས་  
བཅད་ཆལ་ཆོལ་སྒྲ་བཞི་ཀུ་མེད་རྒྱ་བསྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །ཉམས་མཚར་ཆོགས་  
བཅད་བཅུ་ལྔ་ན་དོ་ཆག་ལྟ་བུ་བསྒྲིགས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱི་བསྐྱོར་དང་མཛེས་  
ཉམས་གཞན་ལས་མི་ཞན་ཅམ་སུམ་བེད་བྱས་པ་པོ་ཉིང་ལོངས་པ་བྱས་ཀྱང་  
ལས་སྒྲ་ཉི་ལྔ་གོ་ཅམ་དུ་བས་སོ། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཁྱི་ཀར། ཐོབ་པ་མེད་པ་ལ་འཐོབ་པར་རེ་ནས་ལམ་སོགས་  
ལ་ཁྱོད་སྒྲོ་བ་བས་ཅི་བྱ་སྟེ། མོངས་པ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བསྒྲོག་བྱ་མ་ཡིན་ནམ།  
ཞེས་འགྲེལ་པ་བཀོད་པའང་ལོག་པར་རྟོག་པའི་རང་བཞིན་བྲག་ཆའི་རྩེས་  
སུ་འགོ་བ་སྟེ། ཐོབ་པ་དོན་དམ་དུ་མེད་ཅིང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡིད་པར་བྱུང་བའི་

པའི་སྟེང་དུ། ཐོབ་པ་མེད་པ་ལ་ཞེས་པའི་ལས་ཀྱི་སྒྲ་མ་འབྲེལ་པའི་བྱིར་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆོག་གྱི་མར་ཡང་མ་ཡིན་སྟེ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་དགོས་  
 པས། རྫོངས་པ་བརྒྱུག་བྱ་ཡིན་ན། དེ་བརྒྱུག་པའི་དོན་དུ་འབད་པ་དོན་ཡོད་  
 པའི་བྱིར་ན། ཅི་བྱ་ཞེས་པའི་དམ་བཅའ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སུན་སྦྱང་བ་ནི་ཁོ་ཁོ་  
 ཅག་ལས་ལ་བཤོལ་བའི་རྒྱར་འབད་པར་གདོན་མི་ཟེེ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་  
 གཞུང་གྱི་འགྲོའི་ཚུལ་ལ་རྒྱས་མེད་པས་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 ཞེས་པའི་དོན་དུ་བསམས་ཏེ་བརྗོད་པར་འཆལ་ལོ་ཞེ་ན། བརྗོད་པ་སྦྱོང་  
 བར་རིགས་མེད། དེ་ལྟ་ན་འང་ཆོག་འོག་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་ཉམས་ཏེ།  
 རྫོངས་པ་ནམ་པ་ཀུན་དུ་བརྒྱུག་བྱ་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་ལ། སྒྲར་ཡང་འབྲས་  
 སུའི་རྫོངས་པ་བརྒྱུག་པར་མི་བྱ་ཞེས་ནན་ཏན་དུ་སྒྲུབ་པ་པོ་བྱོད་ནི་བྱིར་ཆོལ་  
 ཚར་གཙོད་པའི་གནས་སུ། བདེ་བར་གཟིམ་དུ་གསོལ་ལོ། །གཞན་ཡང་  
 བར་འགལ་བ་འདི་ལྟར། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་ལྟ་བུ་སྟེས་ཐོག་མེད་ནས་གནས་  
 ལུགས་ལས་གོལ་བ་མ་ཡིན་ནམ། རེ་ཞིག་སྟོས་པ་དོན་མེད་དེ། ཀུན་བདགས་  
 དང་ལྟན་སྟེས་ཀྱི་གོ་དོན་ཞིབ་མོ་ཞིག་མྱོང་རེ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་བར་གྱི་ཆོགས་  
 བཅད་དང་བཅས་ཏེ་སྒྲས་པ། འདི་ལ་ལན་བརྗོད་པ། ཐོབ་པ་དོན་དམ་པར་  
 མེད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་རེས་ཟེན་ཀྱང་གཞན་དོན་དམ་པར་ཐོབ་པ་མེད་  
 བ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མེད་སྟེ་མ་པ་བདེན་གཉིས་འགལ་པར་འཛིན་པ་ངག་གིས་  
 དེ་ལ་བརྒྱལ་བའི་ཆོག་ཏུ་བྱས་པ་ལ་ལས་ཀྱི་སྒྲ་ཅི་ལ་ལྟག་སྟེ། དོན་དམ་པར་

ཐོབ་པ་མེད་ན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་འཐོབ་བྱུང་རེ་བ་འདུལ་མི་རིགས་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་  
 ཏུ། མྱོངས་པ་ནི་ནམ་ཀུན་པ་སྒྲོག་བྱ་མ་ཡིན་ནམ་སྟེ། ཡིན་ནོ་ཞེས་གཞན་  
 གྱིས་དྲི་ཚིག་ཏུ་སྒྱུར་བ་ཡིན་པས་གོང་ཏུ་སྒྲོན་པ་རྫོང་པ་གང་ཡང་མི་འཇུག་ལ།  
 དེའི་ལན་ཏུ་ཤར་ལེ་ཅུ་པར། འབྲས་སུའི་མྱོངས་པ་མི་བསྒྲོག་པའི་དགོས་པ་  
 བསྟན་པ་ཡིན་ལ། འདི་ལ་ཚིག་ཉོབ་འདི་ཙམ་ཞིག་གིས་འབད་པ་རྩོམ་པ་ནི།  
 ལས་ལ་བཤོལ་བ་སྒྲས་ཀྱང་མ་བཅོལ་ཏེ་རང་ཉིད་གྱིས་ཁྱེད་ཏུ་བྱུང་བར་ཤེས་  
 མོ། །བདག་ལྟ་ལྟན་སྒྲིམ་ཐོག་མེད་ནས་གཤིས་ལུགས་ལས་གོལ་བ་ཡིན་  
 མོད། འདིར་རེ་ཤིག་ཅེས་སྒྲོས་པའི་དོན་ནི་ཁྱེད་རང་གིས་གོ་ལོག་ཏུ་བཟུང་  
 བ་སྟེ། བྱིས་སྒྲུ་ཡང་གཏན་མི་ལྟོག་པ་མ་ཡིན་པར་གཉེན་པོས་ལྟོག་ཏུ་བྱུང་  
 བའི་དོན་ལ་རེ་ཤིག་གི་སྒྲུར་བ་འདི་འདྲ་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཏུ་མར་  
 འབྱུང་བ་མ་མཐོང་བར་ཟད། གོ་ལོག་ཚིག་བརྒྱས་རྒྱན་ལྟངས་འབའ་ཞིག་  
 བཏབ་ནས་འདྲ་གོག་ཆེ་བ་དག་ལ། དགག་སྒྲུབ་གྱི་ལས་སྒྲུ་གནང་བ་ཁྲོལ་  
 བ་མཛེས་པ་བྱུགས་མདདོ། །

ཡང་ཁྱེ་ཀར། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་སེམས་ཀྱི་གཤིས་ཡིན་པས། དེ་དང་  
 སེམས་འབྲལ་མི་རུང་བར། འོ་ན་བྱིའི་དངོས་པོ་ནམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཆོས་  
 ཅན། སེམས་ཀྱི་གཤིས་ལུགས་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་དེའི་བྱིར།  
 འཁོར་གསུམ། འདོད་ན་སྟོང་ཉིད་ཉི་ཤུའི་དབྱེ་བ་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་སྒྲུ་  
 བཤད་པ་དང་། ཁྱེད་རང་གིས་ཀྱང་བྱིས་པ་ནམས་མེད་ལས་སྒྲུ་སྒྱུར་ལ་ཞལ་

དུ་ཐོབ་ཅིག་ཅེས་ཟེར། ལན་བརྗོད་པ། རྒྱ་ཀར། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་  
 སློ་ཞུགས་པར་བྱས་ན་དེ་སེམས་ཀྱི་གཤིས་ཡིན་ཞེས་པ་འདུག་སྟེ། དེའི་དོན་  
 རྟོན་རང་གིས་མ་གོ་བར་སྒྲུང་སྟེ། བདག་འཛིན་སོགས་འབྲུལ་པ་རྣམས་  
 སེམས་ཀྱི་གཤིས་ལ་མ་ཞུགས་པས་འབྲུལ་རུང་དང་། བདག་མེད་རྟོགས་པ་  
 སོགས་སེམས་དང་འབྲུལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པས་ན། རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྣམ་  
 ཤེས་ཡུལ་འཛིན་པ་ཡི་ཆོས། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་།  
 གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་འཁོར་གསུམ་མཚར་པོ་དེའི་དོན་ལྟར་ན། ཐུའི་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སེམས་ཀྱི་གཤིས་ཡུགས་དང་ཐ་མི་དད་དུ་འདོད་མི་རུས་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། མགོན་པོ་བྱམས་པས། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་ཐྱིང་།  
 ཞེས་དང་། གྲུ་སྐྱབ་ཀྱིས། གཅིག་གི་སྟོང་ཉིད་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ཀུན་གྱི་  
 སྟོང་ཉིད་ཡིན། །ཞེས་དང་། འཕགས་པ་ལྟས། དངོས་གཅིག་དངོས་པོ་ཀུན་  
 གྱི་དེ་བཞིན་ཉིད། །ཅིས་དང་། སྟུང་བར། འདས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་  
 སོགས། །དེ་བཞིན་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་བྱེ་བྲག་མེད་པར་གསུངས་པའི་མདོ་  
 དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་ཙམ་ཁ་ལ་ཁྱེར་ཀྱང་དོན་སྒྲུང་ལ་མ་ངེས་པར་  
 སོང་བའི་རྟགས་སུ་ཟུང་དོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པས་ཆོས་དབྱིངས་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་།  
 སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་སྟོན་ན་ཉི་ཤར་དབྱེ་བ་ཡང་འཐད་པ་ཡིན་ལ། གལ་  
 ཏེ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་མི་གཅིག་པར་ཁྱོད་འདོད་ན། གཅིག་ཏུ་

བཤད་པའི་ལུང་འདི་ནམས་བདག་གིས་བརྩམས་པ་ནི་མ་ཡིན་པས། རི་སྐད་  
གསུངས་པ་དེ་དག་ལ་ལོག་པར་སྟོས་ལ་སྟོང་ཉིད་བརྩུག་དང་བཅོ་བརྒྱད་  
དང་ཉི་ཤུ་དང་རྣམ་ཐར་གསུམ་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་སུ་  
གསུངས་པ་དང་། རྟོན་གྱིས་ཀྱང་བྱིས་པ་རྣམས་མེད་ལས་ལ་སྐྱར་ནས་ཞལ་  
དུ་འདེབས་དགོས་སྟམ་པ་ཞིག་ཤར་ན། དན་དཔང་ཀླན་པོ་བྱིད་རང་ཅི་འདོད་  
འདོད་མཛོད་དང་སྟམ་ཀྱང་བཤོལ་བར་མི་བྱེད་དོ། །མ་གྲུས་སྣང་བས་སྟམ་  
པ་མ་ལགས་ཏེ། །རང་སྟམ་མཆོན་ཆ་རང་ལ་འཁོར་བ་ལ། །ལེ་ལན་ཅང་  
མེད་བཟོད་པར་མཛོད་ནས་ཀྱང་། །བརྩེ་བས་ཆོས་མཐུན་གྲོགས་པོར་དགོངས་  
འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་འང་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །ཡང་གནས་  
གྱུར་མཐར་ཐུག་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་སེམས་མི་སྟོག་པར་ཐལ། གནས་  
ལྷགས་མཐར་ཐུག་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་བྱིད་ཅག་གིས། འཇུག་པར། སེམས་འགག་པ་དེ་སྐྱུ་  
ཡིས་མཛོན་སུམ་མཛོད། ཅེས་གསུངས་པ་སེམས་འགག་པའི་ཤེས་བྱེད་དུ་  
དངས་པ་འགལ་ལོ། །ཁོ་པོ་གཅིག་སུའི་རྣམ་རྟོག་གོ་ཞེས་པ་ཡང་བརྟག་པར་  
བྱ་སྟེ། འཐད་སྟམ་པ་ཞེས་ནེམ་རུར་ཡང་བྱུང་མོད། འཐད་འཛིན་གྱི་སྟོ་དེ་  
རྟོན་གཅིག་སུའི་ཡིན་ན་འཕགས་ཡུལ་གྱི་འགྲེལ་བྱེད་དག་གི་ཐུགས་ལ་མེད་  
པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་གཞུང་བཟང་བཞིན་དུ་ཞེས་མཆུངས་པ་གསལ་བྱེད་  
གྱི་སྐྱེ་འགལ་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན་འགྲེལ་བྱེད་དེ་དག་དང་རྟོན་གྱི་སྟོ་བ་དཔོན་

ནམས་ཀྱང་མྱོངས་པར་ཐལ་བ་དང་། བྱོད་ཀྱིས་རྩོམ་པའང་དམ་པའི་མན་  
 ངག་གི་རྒྱ་དང་བུལ་བས་འབུས་བྱ་ཁ་ཡར་བའི་འབད་བ་དོན་མེད་པའི་ཚ་རེག་  
 གི་གདུང་བ་བསིལ་བའི་བསྐྱབ་ཚིག་གི་བདུད་རྩིའི་བསང་གཏོར་ཀྱང་བྱ་སྟེ།  
 ཞེས་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་དང་བཅས་ཏེ་བརྗོད་པ་ལ་ལན་སྒྲས་པ། བྱོད་  
 ཀྱི་ཉི་མ་འཕུལ་སྟུང་ཙམ་ཀྱི་ཀྱ་རེ་འདིས་ཅི་བྱ་སྟེ། གནས་གྱུར་མཐར་ཐུག་  
 སངས་རྒྱས་ཚོ། གཟུང་འཛིན་ཅན་གྱི་སེམས་མི་འགག་པའི་གཏན་ཚིགས་  
 ལུ་མི་གནས་པའི་མྱང་འདས་བཀོད་པ་འདི། མི་གནས་པའི་མྱང་འདས་ཡོད་  
 བ་གཟུང་འཛིན་ཅན་གྱི་སེམས་ཡོད་པའི་བྱབ་པ་སུ་ཞིག་གིས་ཁས་བླངས་པ་  
 ཡིན། སེམས་འགག་པ་དེ་སྐྱེ་ཡིས་མངོན་སུམ་མཛད་ཅེས་པའི་སེམས་དེ་  
 གཟུང་འཛིན་དང་བཅས་པའི་སེམས་མིན་ན་ཅི་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་  
 ལ་སེམས་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་མིང་བཏགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་གནས་ལུགས་  
 གཞུག་མའི་སེམས་ཞེས་དོན་ལ་གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པས་མིང་  
 ཙམ་ལ་མི་རྩོད་དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་ལོག་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་མེད་  
 པ་ནམ་པ་ཀུན་རྩུ་མི་འདོད་པས། མི་གནས་པའི་མྱང་འདས་ཀྱི་གདགས་གཞི་  
 མིན་ཞེར་མི་གནས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན་དེས་སེམས་མ་འགག་པར་སྐྱབ་པ་  
 དོན་མེད་དོ། །ཡེ་ཤེས་ཡོད་ན་སེམས་ཡོད་པའི་གོ་ཚོད་དོ་སྒྲམ་ན། རྒྱ་གཞུགས་  
 ཀྱིས་སེམས་འགག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཚོས་སྐྱེ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་གསུངས་པ་དོན་  
 མེད་དུ་བཏང་བས་བྱོད་ཀྱང་དམ་པའི་མན་པོ་རྒྱ་དང་བུལ་བར་འགྱུར་



རོ། །རྣམ་ཤེས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡང་། ལང་ག་ཤེགས་ལས། མེས་ས་  
 ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་ལས་རྣམས་སོག་ །ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་རྣམ་པར་འབྱེད། །ཅེས་དང་།  
 སྒོ་གོས་མི་ཟད་པའི་མདོ་ལས། རྣམ་ཤེས་ནི་མི་རྟག་པའོ། །ཡེ་ཤེས་ནི་རྟག་  
 པའོ། །ཞེས་སོགས་པ་ཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་སྐྱེ་ཆེར་གསུངས་  
 པ་བཞིན་གསུང་འདོན་གཉིས་སྣང་གི་བག་ཆགས་ཕྱ་བའང་མི་མངའ་པའི་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་ཤེས་རང་སྐྱུང་པར་  
 འདོན་པ་ལ་དོན་ཟབ་མོ་གོ་སྐྱེ་ཅི་ཡང་མེད་པས་རྣམ་ཤེས་དང་ཡེ་ཤེས་འབྱེད་  
 པའི་མདོ་སྐྱུང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོངས་པ་བཞིན་གསུང་རབ་ཀྱི་བད་བཞིན་  
 བྱས་ན་ལེགས་པར་མདོན་ནོ། །ཁྱེ་ཀར། འཕགས་ཡུལ་པའི་གཞུང་བཟང་  
 བཞིན་དུ་ཞེས་པས་དམིགས་པས་ལ་པའི་སྒྲ་དེས་འཕགས་ཡུལ་པའི་འགྲེལ་  
 བྱེད་དག་གི་བྲགས་ལ་མེད་པར་སྒོ་ལྟན་ལ་དོགས་པ་སྒྲུ་མི་སྤྱིད་ལ། དེའི་  
 རྒྱགས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཡུལ་དུས་རེས་འགའ་བ་འདི་ན་ཁོ་བོ་འབའ་ཞིག་གིས་གསལ་  
 བར་བརྗོད་དོ་ཞེས་དོན་གྱིས་ཤེས་ཤིང་། དེའི་ཕྱིར་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་  
 ཀྱི་སྒྲ་སྦྱར་བའང་མི་འགལ་ལ། སྣམ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་འདྲ་རྗེ་ཙཱ་ཁ་བ་  
 སོགས་ཀྱི་གསུང་རྣམས་སྤྱི་ཡང་མང་དུ་འབྱུང་བས་ཁོ་བོ་དང་ལྟན་ཅིག་པའི་  
 གོགས་བཟང་པོ་མང་པོ་ཡོད་པས་སྦྱ་བ་དོན་མེད་ཀྱི་ཆ་རིག་གི་གསུང་བ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་བསྐྱབ་ཆོག་བདུད་ཅིའི་བསང་གཏོར་ལ་རེ་བ་ཅི་ཡང་མ་  
 མཆིས་སོ། །ཡང་ཅོད་ཡིག་ཏུ། རིང་སོང་གི་སྐབས་དང་། བདེན་གཉིས་ཀྱི་

ཚུལ་དང་འབྲེལ་བ་བཀག་པའི་དང་པོ། འྲི་ཀར། འདི་ལ་ཉོན་མོངས་མངོན་  
 གྱུར་ཅམ་སྤངས་པས་གྲོལ་ན་ཞེས་སྒྱུར་དགོས་ཀྱི་དགྲ་བཙམ་བ་ལ་སྒྱུར་བ་  
 མི་འཐད་ཅེས་དཔེ་ལ་ལར་བཤད་ཀྱང་རང་གི་ཞེ་འདོད་དང་མཐུན་པར་བྲིད་  
 བ་ཅམ་སྟེ། བ་རོལ་པོས་ཀྱང་མངོན་གྱུར་ཅམ་སྤངས་པས་གྲོལ་བར་མི་འདོད་  
 བ་ཞེན་ཐལ་བ་དེ་འདྲ་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དགྲ་བཙམ་བ་ལ་སྒྱུར་བ་  
 རྒྱ་གཞུང་ཐམས་ཅད་ཞལ་འཆམས། ཞེས་བྱུང་བ་འདི་ལས་སྤངས་སྒྲ་ཕྱི་ལག་ལ་  
 བའི་བསྐྱས་འཛོམས་དཔུལ་བའི་གོང་དུ་རྣམ་རྟོག་ལས་རན་རྒྱུད་གིས་བདས་  
 བའི་རྟུ་ཆོག་ཤོར་བ་སྟེ། ཅ་བར། སེམས་ནི་དམིགས་དང་བཅས་རྣམས་  
 ཀྱིས། །ནས། འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་བཞིན། །ཞེས་པའི་བར།  
 ལུགས་འདིར་མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་དགྲ་བཙམ་དེ་ལ་བྱེད་དགོས་  
 བའི་བྱིར། འབྲེལ་ཆེན་དུ། གང་སེམས་ནི་དམིགས་པར་བཅས་རྣམས་ཀྱི། །  
 བྱང་ན་འདས་པའང་དཀའ་བར་གནས། །ཞེས་པ་དེ་བརྗོད་པའི་བྱིར་དམིགས་  
 བ་དང་ནི་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཏེ་ཞེས་བཤད་པའི་བྱིར། བྲིད་ཀྱིས་  
 ཀྱང་འྲི་ཀར། སྟོང་བ་ཉིད་སྤངས་ནས་སེམས་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་བྱང་ན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་དཀའ་སྟེ། རྒྱ་མཚོན་བདག་རྩ་འཛིན་  
 བ་དུངས་ནས་མ་སྤྱད་བར་ཉོན་མོངས་སྟོང་བའི་ཐབས་མེད་ལ། ཞེས་པ་ནས།  
 ལུལ་ཡོད་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་མ་སྤངས་པར་རེ་ཤིག་བསམ་གཏན་ལྟ་  
 སུས་མགོ་མནན་ཀྱང་སྤྱར་སྟེ་བར་འགྱུར་བ་འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་

བཞིན་ནོ་ཞེས་འཆད་པར་འགྱུར་ཏེ་ཞེས་བྲིས་ཤིང་། འོག་ཏུ་ཚིགས་བཅད་  
 བྱི་མའི་དོན་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པས་སྟོང་ཉིད་རྫོགས་པར་མ་རྟོགས་པས།  
 འགོག་པའི་དབྱིངས་སུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་འགག་  
 ཀྱང་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྒྲར་ཡང་སྒྲེ་བ་ལ་སྒྱུར་ཏེ། སྒར་བདེན་འཛིན་མ་སྒྲང་པར་  
 བཀྲལ། དེ་རྗེས་སྟེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པ་བཞག་པའི་ཉེས་སྟོང་གི་  
 ལན་གྱིས་དབུལ་པའི་སྐྱག་ཡུས་གྱིས་དག་བཅོམ་པར་མཚན་བསྒྱུར་པའི་སོ་  
 མི་བྱབ་པའི་རང་ཚུལ་འདི་དག་ནི་སྟོན་མེད་མཁས་པའི་ལག་རྗེས་ཤིག་ཡིན་  
 སྤང་སྟེ། འདི་སྒྲུང་དུ། ལུང་རིགས་གདེངས་ཀ་སྟོང་གིས་ཉེར་མཛེས་པའི།  
 སྒྲ་མཁས་སྒྲུ་དབང་ཚོགས་གྱིས་དབེན་པ་སྤྱ། ཅོལ་ཆུང་བྲིས་པ་ལང་ལ་གོར་  
 བའམ། །དྲན་རིག་ལང་ཚོ་ཉམས་པས་སེམས་གདུངས་སམ། །ཆགས་སྤང་  
 དུག་མདའི་ན་ཟུག་མ་བཟོད་དམ། །མཁས་འདོད་དབྱུག་གུས་དག་ཏུ་བསྒྱུན་  
 པ་ལས། །འགལ་འདུའི་སྐྱག་ལས་མཉན་འོས་རྒྱལ་གྱིས་དབེན། །མཁས་  
 རྣམས་ཅི་བདེར་ནང་དུ་ཡང་དག་གཞོལ། །ཞེས་ཀྱང་བསྒྲུལ་ལོ། །ད་ནི་འདི་  
 ལྟར་ཁྱོད་གྱིས་བསམ་གཏན་ལྟ་བུ་ཞེས་སྒྲུས་པས་འཛིག་རྟེན་པའི་བསམ་གཏན་  
 བྱི་དཔེ་དང་། མཛོན་བ་ནས་བཤད་པའི་བདེན་རྣམ་ཅན་གྱི་ལམ་ནི་དཔེ་ཅན་  
 དུ་བྱེད་པ་གོང་གི་འབྲེལ་གྱིས་གྲུབ་ལ། ཡུལ་ཡོད་པར་ཞེན་པ་བདེན་འཛིན་  
 ལ་བྱས་ན་ལམ་དེས་མགོ་གཞོན་པར་ཡང་མི་རུང་ལ། མི་བྱེད་ན་གོང་དུ། ཡུལ་  
 ལ་བདག་མེད་མཐོང་ན་ནི། སྤྱིད་པའི་ས་བོན་འགག་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་

ལྟར། ལུལ་སྟོང་པར་མཐོང་བ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་ཅད་ནས་ལྷོག་པའི་ཐབས་  
 མི་སྲིད་དེ། ལུལ་ཡོད་པ་ཞེས་སྒྲིས་པ་འགལ་བས་དེར་བྱས་པར་གསལ་ལ།  
 དེ་ལྟ་ན་ས་པོན་ལས་ཀྱང་བརྒྱལ་ཏེ་བག་ཆགས་མ་སྤངས་ན་སྒྲུབ་བདེན་འཛིན་  
 གྱི་བར་བཤད་པས། དག་བཙུམ་པ་ལ་ཡང་བདེན་འཛིན་གྱི་བར་འགྱུར་རོ། །  
 བྱད་པར་དུ་ལམ་དེས་བདག་འཛིན་ཕྱ་བ་མི་སྟོང་པར། མངོན་པ་ནས་བཤད་  
 པའི་རགས་པ་མངོན་གྱུར་བ་སྟོང་པར་བཤད་རིགས་པར་ཐལ། ལུང་རིགས་  
 དུ་མ་དང་སྤར་གྱིད་པེདོན་དེའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་ལན་དུ་བརྗོད་པ། སྒྲུབས་  
 འདིར་འཛིག་རྟེན་པའི་བསམ་གཏན་དཔེ་དང་། བདག་མེད་ཕྱ་བ་མཛྙགས་  
 པར་རགས་པའི་བདེན་ལྷན་ཅན་གྱི་ལམ་དཔེ་ཅན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་མོད། དེ་  
 ལ་མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ཞེས་བྱད་པར་མི་སྟུར་ཏེ། མངོན་པ་ནས་བཤད་  
 པའི་བདེན་ལྷན་ཅན་ཡིན་ན་བདག་མེད་ཕྱ་བ་མཛྙགས་པའི་བྱེད་པ་སྒྲུབ་མི་  
 ལུས་ཏེ། མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་བདེན་བཞིའི་ལྷན་ཅན་སྟོམ་པའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་ན་ལམ་གྱི་རྟེན་པ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གཅིག་ཀྱང་མི་སྲིད་  
 པར་མངོན་པའི་ར་རྒྱལ་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་དགོས་ཞེས་སྒྲིས་ན་བསྐྱུས་འཛམས་  
 གྱི་གྲོང་དུ་ལྷན་ཆོག་རྒྱུད་གིས་བདས་པའི་རྟབ་ཆོག་དངོས་སུ་ཤོར་བར་མི་འགྱུར་  
 རམ། བྱོད་གྱི་རྩོད་ཡིག་འདིར་འོག་ཏུ་ཡང་། དཔེ་མངོན་གྱུར་པ་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་སྒྲན་པར་བྱ་སྟེ། བསམ་གཏན་གྱི་དཔེ་མཁྱེད་གྱི་  
 མདོ་ཆོག་གསལ་དུ་བཀོད་པའི་དགོངས་པ་ལྟར་མངོན་པ་ནས་དག་བཙུམ་

པར་སྤྲུགས་ཤིང་འདིར་དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུས་པ་བདེན་གྱུ་བ་ཏུ་དམིགས་པ་  
 དང་བཅས་པ་དེས་ལུགས་འདིར་མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་དེ་དག་  
 སྤངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྤང་ན་ས་བོན་ཡང་སྤངས་རིགས་པ་གང་ཞིག་ས་  
 བོན་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པས་བདེན་  
 འཛིན་གྱི་ས་བོན་མ་སྤངས་པར་ཐལ་ཞིང་། ས་བོན་མ་སྤངས་པར་སྤང་བའི་  
 རྣམ་གཞག་གཅིག་བཤད་ན་ཉམས་སྦྱང་པ་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་སྒྲོན་སྤངས་  
 པ་ཞེས་གྲགས་པ་ཉན་སར་བཤད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འཇུག་འགྲེལ་དུ་འཛིག་རྟེན་  
 པའི་དྲང་སྤང་དང་། ཅུ་བར་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་འཇུག་དཔེར་བཞོན་  
 པའི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་མ་གྲུབ་ན་ས་བོན་སྤངས་  
 བ་སྤངས་སྟེ་བར་འགལ་ཏེ། གཞན་དུ་དག་བཅོམ་པ་ལས་ཉམས་པར་འབྱུར་  
 ཞིང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་འབྲས་སྟེ་བར། ཞེས་སོགས་  
 ལུང་རིགས་དུ་མ་དང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱེན་འདུས་པ་ལ་མ་བརྟེན་པའི་འདུས་བྱས་  
 བེ་རང་སྟེར་མ་ཟད་ལྷ་སྟེགས་གངས་ཅན་པ་ལྟ་བུས་ཀྱང་མི་འདོད་དོ། །ཁྱོད་  
 གྱིས་ཀྱང་འོག་ཏུ། རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྤང་ཉིད་མ་མཐོང་བར་  
 དུ་རྟག་བདག་སྤངས་ཀྱང་ཅུང་། ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་བོས་  
 གྲུབ་པའི་བདག་བཀག་པའི་སྤང་ཉིད་ཅེས་ལུགས་འདིའི་སྤང་ཉིད་དམིགས་  
 གྱིས་བཀར་བ་དང་། དེ་མ་རྟོགས་པར་རྟག་བདག་གི་འཛིན་པ་སྤངས་པའི་  
 གང་ཟག་གཅིག་བཤད་པ་དེས་མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་ལ་ཡང་

རིགས་པ་མཚུངས་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་བྱད་པར་དུ་མ་འབྱེད་དགོས་པའི་ཚུལ་  
 ལུང་དང་སྒྱུར་བ་ནི། ཤེར་འབྱུང་གི་འགྲེལ་པར། བདེན་པ་མཐོང་ནས་གྲོལ་  
 ཞེས་བཤད་པ་དེ་ལ་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། བདེན་པ་མཐོང་བ་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་  
 སྤྱད་དེ། རྟོན་དམ་པ་འཇམ། ཀུན་རྫོབ་པོ། །བརྟག་པ་དང་པོ་ལྟར་ན། ཁོ་པོ་  
 ཅག་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་མི་བཟོད་དེ་རིགས་པ་  
 དང་འགལ་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། དགོ་བ་ལྟས་ཀྱང་། དེ་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་ཡང་། ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་དང་འཕྲད་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་སྟེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲས་སྟོན་ནོ། །དེ་བས་  
 སྤྱད་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལྟར་ན་  
 ཉོན་མོངས་པ་བག་ལ་ཉལ་ས་ཐོན་ཅམ་དུ་གནས་པ་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྟེན་  
 དང་འཕྲད་དེ་ཉོན་མོངས་པའི་རོ་ཐོར་སང་བ་ལ་བཤད་པས་ཁྱེད་ཅག་གིས་  
 དག་བཅོམ་པ་ལ་སྒྱུར་བ་ཐོད་ཀྱི་ཞེ་འདོད་དང་མ་བཞེས་པའི་རྩོན་སྤྲུག་བཞི་བས་  
 བར་གསལ་ཏེ། དཔལ་རྣལ་འབྱོར་རྒྱ་བའི་འགྲེལ་པ་བྱད་པར་གསལ་བྱེད་  
 ལས། ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྟེད་པ་ཡང་ཁྱེད་ཅག་གི་རྣལ་འབྱོར་པ་  
 ལ། ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པ་བཞིན་དུ་ཅི་སྟེ་མེད། ཅེས་པ་  
 བས། སྒྲུང་ཡང་ཆགས་པ་སྟེ་སྤྱད་པས་ལྟར་ལས་འདས་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་  
 ཟེའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྒྱ་གཞུང་རྣམས་ནི་ཚད་མར་མི་བྱེད་པར་ངེས་ཏེ་  
 སྟོན་པ་སྤྱི་ཡོད་ཀྱང་བརྟག་དགོས་པར་སྤྲད་དོ། །མདོར་ན་རྩ་བའི་བཤད་

བྱ་བསམ་གཏན་དཔེ་མཁུན་གྱི་མདོ་ལས། དེ་གཅིག་ཏུ་དབེན་པར་སོང་སྟེ་  
 ཆོས་དེ་དག་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ན་ཞི་གནས་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་ནས།  
 བདག་ནི་དག་བཅོམ་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་བྱ་བར་བདག་ཉིད་ཤེས་སོ། །དེ་འཆི་  
 པའི་ཆེ་བདག་ཉིད་སྟེ་བར་མཐོང་ནས། དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ལ་ཐེ་ཆོམ་  
 དང་སོམ་ཉིར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པས་ལྷ་བས་ཆོག་གསལ་དུ་བྱངས་པ་  
 དང་། ཞི་བ་ལྷས་འདིར་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་རྣམས་གྲུང་འགྲིགས་དགོས་  
 པ་ཡིན་ཡང་། ཞེས་ཚུང་ཡིག་འཇམ་དབྱངས་དགོངས་རྒྱན་ཞེས་པའི་མིང་  
 གཡེར་བོ་ཆེ་ཅན་འདིར་བཀོད་པ་འདིའི་དོན་ལྟར་ན། མདོན་པ་ནས་བཤད་  
 པ་ལྟར་གྱི་སྟོང་བདག་མེད་སོགས་བདེན་རྣམ་ཅན་དེ་རི་ལྟར་གོམས་གྲུང་  
 འཕགས་ལམ་ཐོབ་པ་མི་སྤྱིད་པའི་འཐད་པ་སྒྲུབ་དགོས་ཀྱི། རིགས་པས་  
 འཐད་པ་མ་བརྟན་པར་མདོན་པ་ནས་བཤད་པའི་བདེན་རྣམ་ཅན་ཉམས་སྒྲུ་  
 ལེན་པ་ལ་ཐར་པ་མེད་ཅེས་སྒྲུབ་པར་མི་བྱ་སྟེ། བསམ་གཏན་དཔེ་མཁུན་  
 ཀྱི་མདོ་ནས་གསུངས་པ་དེ་དང་འདྲ་བར་དེང་སང་བོད་དུ་བཞུགས་པའི་མདོ་  
 འགའ་ཞིག་ལས་གསུངས་པ་རྣམས་ནི་རྟོགས་པ་མ་ཐོབ་པའི་དག་བཅོམ་པ་  
 མདོན་པའི་རྒྱལ་ཅན་ཡིན་པར་གསལ་ལ། མདོན་པ་ནས་བཤད་པའི་ལམ་  
 ཉམས་སྒྲུ་ལེན་ཆོད་ལ་སྒྱུར་ནས་སྒྱུར་འདེབས་མི་བཟད་པ་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་མི་  
 རིགས་ཏེ། ཐེག་པ་དམན་པ་ཐམས་ཅད་མདོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ལམ་  
 ཉམས་སྒྲུ་ལེན་པར་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་ཡིན་ན། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐར་ལམ་མེད་

ཅེས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཅུ་ལྷུང་དང་ཚེས་སྤྱོད་གི་ལས་རང་གིར་བྱས་པས་བསྐྱུས་  
འཛོམས་ཀྱི་གྲོང་དུ་མི་འགོ་ན་སེམས་ཅན་སྤྱུ་ཡང་དཔྱུལ་བར་འགོ་མི་སྤྱོད་  
དོ། །དེས་ན་མདོན་པ་ནས་བཤད་མ་བཤད་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྦྱར་མི་དགོས་ཏེ།  
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ལ་སྤྱ་རགས་གཉིས་སུ་བྱེས་ནས། ཐེག་  
དམན་གྱི་ཐུབ་མཐའ་སྦྱ་བ་མདོན་པའི་ར་རྒྱལ་ཅན་དག་གིས། མདོན་པ་ནས་  
བཤད་པའི་བདེན་ལྷན་ཅན་གྱི་ལམ་དེ་རི་བཞིན་མ་རྟོགས་པར། རགས་པ་  
ཅམ་ལ་རྟོགས་སོ་སྦྱར་དུ་བཟུང་ནས། དེ་དང་སྟོང་ཉིད་འགལ་བར་བྱས་ཏེ་  
ཚུད་བསྒྲུབ་དག་གི་ལམ་དེ་འདྲས་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་སྤྱོད་མི་རྣམས་པར་  
རིགས་པས་སྦྱབ་པ་སྒྲུབས་འདིའི་དོན་ཡིན་གྱི། མདོན་པ་ནས་བཤད་པའི་  
བདེན་ལྷན་ཅན་དེ་རི་བཞིན་རྟོགས་པ་བདག་མེད་སྤྱ་བ་མཐོང་བ་རྣམས་ནི་  
ངེས་པར་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་ཞིང་། ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་ཐོབ་པ་དེ་དག་གིས་  
སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཚུད་པར་ཡང་མི་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །དེས་ན། བདག་  
མེད་སྤྱ་རགས་བྱེས་ནས། རགས་པ་རྟག་གཅིག་རང་དབང་པའི་བདག་མེད་  
པར་མཐོང་བའི་ལམ་གོམས་པ་དེས་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་སྤྱོད་མི་རྣམས་ཞེས་  
བརྗོད་པ་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཡུལ་ཡོད་པར་ཞེན་པ་བདེན་འཛོལ་བྱས་ན། ལམ་  
དེས་མགོ་ལོན་པར་ཡང་མི་རུང་ལ། ཞེས་བཀལ་བ་དོན་མེད་དེ། བདག་  
འཛོལ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་སྦྱར་འབྱེན་པའི་ཞིག་ནས་གོམས་པས་ཉོན་  
མོངས་མདོན་གྱུར་མགོ་ལོན་པ་ཅམ་སྤྱོད་ཅིང་། ས་བོན་མ་སྤྱངས་ཀྱང་ཉོན་



མོངས་མངོན་གྱུར་ནམས་ཉམས་སྣང་པ་མིན་དེ། ཁྱོད་ཀྱིས་གོང་དུ་བྲངས་པའི་  
 ཉན་ས་དང་བསམ་གཏན་དཔེ་མཁྱེད་ཀྱི་མདོ་སྟོན་ལུང་བྲངས་པ་དེ་ནམས་  
 ཀྱིས་གསལ་ལ། དེར་མ་ཟད་མངོན་པ་ཀྱན་ལས་བརྟམ་པར། འཛིག་རྟེན་  
 པའི་ལམ་ཀྱིས་སྣང་བའི་ས་བོན་ཉམས་སྣང་པར་བྱས་པས་རེ་ཞིག་འགོག་པ་  
 ལ་བདས་འགོག་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། སྟེང་རྒྱས་འོད་སྣང་དང་རབ་བཟང་  
 སྟོན་ཀྱིས་བདག་དག་བཙོམ་པའོ་སྟམ་དུ་སེམས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མདོ་ལས་  
 བྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །ཁྱོད་ཅག་གིས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་ཙམ་སྣངས་  
 ཀྱང་ས་བོན་མ་སྣངས་པས་ཡང་མིན་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལུས་པ་ཡོད་པར་རྒྱབ་པ་  
 ཁ་ན་ཁྱོད་བཞིན་བརྟེན་ནས་གཞན་ལ་ལྷག་ཆོད་སྒྲིམ་པ་ཙམ་ལ་སེང་གའི་ང་  
 རོར་མ་རྫོམས་ཤིག་ཅོད་ཡིག་གི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་དུ། ཅེས་ཆུང་  
 བྱིས་པ་ལང་ཤོར་རམ། དེའི་རིག་ཉམས་པའི་སེམས་གདུང་སྟོན་གཞན་  
 ལ་སྣང་ལྟགས་ཀྱིས་རི་རྒྱུད་སྒྲིམ་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཁྱོད་རང་ལ་འཁོར་ན་མི་  
 མཛེས་པས་བག་ཡོད་མཛོད་ཅིག་ཡང་འདི་རྒྱུད་དུ། ཁྱོད་ཀྱིས་ས་བོན་  
 ལས་བཀྲལ་ཏེ་བག་ཆགས་མ་སྣངས་ན་སྒྲར་བདེན་འཛིན་སྟེ་བར་བཤད་པས།  
 དག་བཙོམ་པ་ལའང་བདེན་འཛིན་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སུན་འབྱིན་བརྟོད་  
 པ་ནི་སུན་འབྱིན་ལྟར་སྣང་དུ་ངས་ཏེ། རྒྱ་ཀར། བག་ཆགས་མ་སྣངས་ན་སྒྲར་  
 སྟེ་བར་འགྱུར་བ་ཞེས་སྟོན་འདུག་གི་ བདེན་འཛིན་སྟེ་བར་འགྱུར་བ་ཞེས་  
 སྟུར་བ་མེད་བཞིན་རྟུན་ལྟངས་བཏབས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། དག་བཙོམ་པ་

ནུམས་ཀྱང་ཡིད་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་ལུས་གྱི་སྐྱེ་བ་མ་སྤངས་པ་ཡིན་པར་སྐྱབ་  
 བཞིན་པའི་སྐབས་ཡིན་པས། དག་བཙཅ་ལ་གང་ཟག་བདེན་པར་འཛིན་པ་  
 སྐྱེ་བའི་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ནི་ཁྱེད་རང་གི་སྒོ་སྒྲོན་གཞན་ལ་བསྐྱོ་བར་བས་སོ། །  
 དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དག་བཙཅ་པ་དེ་དག་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་  
 སྐྱེ་བ་མེད་མོད་ཀྱི། གཉིས་སྤང་གི་བག་ཆགས་མ་སྤངས་པས་ཡིད་ལུས་གྱི་  
 སྐྱེ་བ་མི་ལེགས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཁྱེད་ཀྱིས་སྤང་བདེན་འཛིན་མ་སྤངས་  
 བར་བཀྲལ། དེ་རྗེས་དག་བཙཅ་པར་སྐྱར་ནས་བཤད་པ་སོ་མི་ཐུབ་པའི་  
 རང་ཚུལ་དུ་སོང་ཞེས་པའང་གྱིན་སྟེ། སྤང་ཐེག་དམན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་  
 མཛོན་པའི་ར་རྒྱལ་ཅན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་འགལ་བ་སྐྱབ་པ་དག་ལ། གང་ཟག་  
 གི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པའི་བདག་མེད་སྤྱི་བ་མ་རྟོགས་པར་དུ་མྱུང་འདས་མི་ཐོབ་  
 བར་བསྐྱབས་ནས། སྤང་ཡང་དམན་པའི་མྱུང་འདས་ཐོབ་ཀྱང་ད་དུང་ཐེག་  
 ཆེན་ལ་འཇུག་དགོས་ཏེ། ཁྱེད་རང་འདོད་པ་སྤྱར་སེམས་རྒྱན་ཆད་པར་མི་  
 འགྱུར་ཞེས་མཐར་ཐུག་ཐེག་གཅིག་ཏུ་སྐྱབ་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་འབྲེལ་ཞིང་དོན་དང་  
 ལྡན་པ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་ནུམས་གྱི་བཞེད་པ་ཡིན་པས་སོ་མི་ཐུབ་པར་སྤྱི་འགལ་  
 བའི་སྒྱུན་ཅི་ཡང་མེད་བཞིན་རིགས་པའི་འཐད་པ་མེད་པར་སུན་ཅི་ཕྱིན་ཏུ་  
 སྐྱབ་ནི་མཁས་པར་གྲགས་པ་དག་ལ་མི་མཛེས་སོ། །  
 ཡང་ཚུད་ཡིག་ཏུ། ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱི་ཀར། རྟག་གཅིག་རང་དབང་བ་དེ་འདྲ་མེད་  
 བར་ཤེས་ཀྱང་དེས་རང་འཛིན་སྤྱི་བ་མི་སྟོང་སྟེ་ཞེས་སྐྱས་པ་འབྲེལ་མེད་དུ་

ཐལ། བ་འོལ་བོས་ལམ་དེས་ངར་འཛིན་སྒྲོང་བར་འདོད་ཀྱི་ཕྱ་རགས་སྒྲེན་ས་  
 སྒྲོང་བར་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ། འདི་ནི་དོ་རྗེའི་བྲག་རི་ཡིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལན་མེད་ཅིང་། །ཁ་ལ་སྒྲུབ་པ་ཅད་བརྒྱ་ཡང་བྱིན། ཞེས་  
 གསུངས་པར་དེས་སོ། །དེས་ན་ཆེག་དེས་བདག་མེད་རགས་པ་བསྒྲོམ་པས་  
 ཉོན་མོངས་རགས་པ་མངོན་གྱུར་བ་སྒྲོང་ཡང་། བུ་མོ་མ་སྒྲངས་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་  
 ཁས་བླངས་མོད། རང་ཉིད་རིགས་པའི་ལམ་ཅི་འདྲར་འགོ་རང་གིས་ཀྱང་  
 མི་ཤེས་པར་ད་དུང་གསར་ཆིང་ཀར་འབྲུག་གི་མཁས་པ་དག་གི་དྲོད་ཆོལ་བ་  
 ཁྱོད་ནི་ར་རོ་བ་ཆེན་པོ་རྟེ། དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་སུ་གནང་བ་ཁྲོལ་ལོ། ། མདོར་  
 ན་ངར་འཛིན་ཕྱ་རགས་སྒྲོས་པའི་དྲན་པ་མངོན་དུ་ཞོག་ལ། དཔེ་དེས་འདིར་  
 ཉོན་མོངས་སྒྲོང་མི་སྒྲོང་། ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་  
 རགས་པའམ་མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟ་བུའི་ཁྱད་པར་སྒྱུར་དགོས་པ་ཤེས་  
 པར་རིགས་ཏེ། གཞན་དུ་ན། རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ལྟ་བུས། ཐོས་བསམ་གྱི་  
 ཆོ་དཔེ་བརྗོད་དེས་མི་དགོལ་ན་རེ་དོགས་མཛུབ་ཅིས་ཀྱི་གཡེང་བ་བཤོལ་  
 ནས་བེམ་པོ་ཞལ་འགྲེལ་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པར་བྱ་ཞེས་  
 གདམས་པ་མན་དག་ཟབ་ཤོས་སུ་མཐོང་སྟེ། འཛམ་གླིང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་  
 རྩོད་པའི་ཆོང་བརྒལ་དུ་འགོ་བར་བགྱིད་པའི་ཆོས་མཐུན་གྱི་མཛའ་བོ་ལགས་  
 པས་སྦྱིང་གཏམ་གྱི་བསྐྱབ་པའི་སྒྲེས་བསྟན་པས་པའང་ཡིན་ནོ། །༡༩༡། བཞེངས་  
 ཤིག་མཁས་རྣམས་ཉིང་འཛིན་མལ་ལས་བྱོན། །གཟིགས་ཤིག་རིགས་པའི་

མེད་ཆེན་གངས་ལ་འཕྱོ། །གངས་དཀར་ལྷན་པོའི་ཁོར་ཡུག་ཡུང་ཙམ་མཛལ། །  
གདིང་བྱོད་རྟོག་པའི་སྒྲིན་སྒྲིལ་གང་དུ་བྱོས། །ཉེ་ཉེ་རྟག་ཆད་ཉམ་ངའི་རྩ་  
གཏེར་གྲོང་དུ་བྱིང་། །རྣམ་མང་རིགས་པའི་འབྲུལ་གྱི་ཞགས་པས་བཅིངས། །  
འགལ་འབྲུལ་རིམ་པ་སྟོང་གི་ལྷན་པོས་མཛན། །མི་འགྱུར་གཡུང་དྲུང་དོ་རྩེའི་  
རྒྱ་ཡིས་བཏབ། །ཅིས་ཀྱང་སྒྲུལ་སོ་ཞེས་ངོ་མཐོན་དུ་བརྗོད་པ་འདི་ལ་ལན་  
གྱི་རིམ་པ་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། འཁོར་གསུམ་ཞེས་པ་ལན་ཡང་དག་གང་ཡང་  
མི་ཐེབས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ན། འདི་འདྲའི་ཐལ་ངག་ལ་དོ་རྩེའི་བྲག་རི་དང་  
འདྲ་བར་བསྒྲགས་ཤིང་། །ཁ་ལ་སྒྲུབ་བཅད་བརྒྱ་ཡང་བྱིན་སོགས་གྱི་ཆེ་བསྟོད་  
ཅན་འདི་ལ་མཚན་པ་ཞིག་སྟེ། བ་རོལ་པོས་རྟག་གཅིག་རང་དབང་བའི་བདག་  
མེད་པར་རྟོགས་པ་ཁོན་ས་རར་འཛིན་སྟོང་བར་འདོད་པ་ལ། རར་འཛིན་སྟོང་  
རགས་སྟེན་སྟོང་བར་མ་འདོད་ཀྱང་བྱུང་སྟེ། རིགས་པའི་ལམ་ནས་ལམ་  
དེས་སྟོང་བའི་སྟོང་བའི་ཐལ་བ་འཕངས་པ་ལ། བ་རོལ་པོས་སྟོང་རགས་མ་བྱས་  
པ་ཙམ་གྱིས་ཐལ་བ་དེ་འདྲ་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྱུར་ན། མཛོན་པ་ནས་བཤད་  
པའི་བདེན་རྣམ་ཅན་གྱི་ལམ་བསྟོམ་པས་ཉོན་མོངས་རགས་པ་མཛོན་གྱུར་  
ཙམ་ལས་མི་སྟོང་བར་བྱིད་ཅག་གིས་ཐལ་བ་འཕངས་པ་ཡང་འབྲེལ་མེད་དུ་  
འགྱུར་ཉེ། བ་རོལ་པོས་ལམ་དེས་རར་འཛིན་སྟོང་བར་འདོད་གྱི་སྟོང་རགས་  
དང་མཛོན་གྱུར་དང་ས་བོན་གྱི་བྱིད་སྟེན་སྟོང་བར་མི་འདོད་པའི་བྱིར། དོ་  
རྩེའི་བྲག་རི་དང་ཁ་ལ་སྒྲུབ་བཅད་བརྒྱ་ཡང་བྱིན་པ་དང་། ཉ་ཉ་ཉེ་ཉེ་སོགས་གྱི་

ཆོག་པ་བཅད་ཀྱང་སྤྲོད་པ་བློ་གཏོར་རིགས་སོ། །དེར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་  
 བ་རོལ་པོས་ངར་འཛིན་སྤྲོད་བར་འདོད་ན་ཕྱ་བ་སྤྲོད་དགོས་པར་དོན་གྱིས་  
 གྲུབ་པས་ཕྱ་རགས་སྤྲོད་ནས་སྤྲོད་བར་མི་འདོད་ཅེས་པ་ཡང་དོན་མེད་དོ། །  
 ཆོག་འདི་དག་ཀྱི་ཀར། བ་རོལ་པོས་མཛོན་གྱུར་ཙམ་སྤྲོད་བས་གོལ་བར་མི་  
 འདོད་བཞིན་ཐལ་བ་དེ་འདྲ་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྱུར་ཞེས་སྤྲོས་པ་ལ་ཆེར་ཁྲོས་  
 བས་དེའི་ལན་འདི་རྒྱུ་ལྷུངས་ཏེ་བཞེད་པ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། དེ་དང་ལན་འདི་  
 གཉིས་མི་མཚུངས་ཏེ། ཉོན་མོངས་མཛོན་གྱུར་ཙམ་སྤྲོད་བས་གོལ་ན་དེ་མ་  
 ཐག་རྒྱ་དེར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཞེད་ན། མཛོན་གྱུར་ཙམ་སྤྲོད་བས་གོལ་བ་ཆད་  
 མ་དང་ཁས་སྤྲོད་གང་གིས་མ་གྲུབ་པས་རྟགས་དེས་བསྒྲུབ་བྱ་འགྲུབ་མི་རུས་  
 ལ། བདག་མེད་རགས་པ་རྟགས་པས་བདག་འཛིན་ཕྱ་བ་མི་སྤྲོད་བར་ཐལ་  
 བ་འཕང་ན། ཕྱ་བ་མི་སྤྲོད་བར་ཁས་སྤྲོད་གིས་མ་གྲུབ་ཀྱང་ཆད་མས་གྲུབ་  
 བའི་འཐད་པ་བརྟན་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཛོན་གྱུར་སྤྲོད་བས་གོལ་ན་ཞེས་  
 རྟགས་སུ་མི་བཀོད་ཀྱི། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་རྟགས་པའི་ལམ་གྱིས་གོལ་  
 བར་འདོད་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་ནས་མཛོན་གྱུར་ཙམ་སྤྲོད་བའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱ་  
 གོལ་བར་ཐལ་བ་འཕེན་ཞེས་འདོད་ཀྱང་། ཐལ་བ་དེས་ཀྱང་ཁྱབ་པ་ཁས་  
 སྤྲོད་དང་ཆད་མ་གཉིས་ཀས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ལན་དང་བཅས་པར་འགྱུར་ལ།  
 དེ་ལྟ་ན་འང་འོག་རྒྱ་རྩ་བར་ཉོན་མོངས་མེད་ཀྱང་སོགས་ཀྱི་དོན་དང་འབྲེལ་  
 ད་ཀྱི་འབྲེལ་སོགས་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །དེང་སང་ཆོས་གྲུའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོད་

པའི་ཁ་ལུང་འདི་འདྲ་མཐོང་ཆོ་གཞན་ངོར་ཉམས་མཚར་ཅམ་གྱི་ཆེད་མིན་ན་  
གདིང་དྲོད་སྐྱས་ཀྱང་རྟོགས་སྒྲ་ཞིང་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་གདམས་པ་ཡང་དེ་ཆོས་  
མན་ངག་ཟབ་མོར་མཐོང་བ་བཞིན་དེ་ལྟར་མཛོད་ཅིག རིགས་པ་སོང་ན་  
ཐད་ཁམ་མེད་ཀྱང་མཛེས། རིགས་མཚོན་རྒྱལ་ན་དཔལ་སྐྱད་བཏོན་ཀྱང་  
མཚར་ས། །ཁ་ཤོམ་འབྲུག་སྒྲ་འདྲ་བ་འབྱིན་པའི་རྟེན། ཐལ་ངག་འཁོར་  
གསུམ་སྟོང་པའི་བྲག་ཆར་ལྷོས། རིགས་པའི་ལན་ལ་སྒྲོབས་པ་བརྟན་གྱུར་  
ཅིང་། སྐྱེན་འབྱིན་ཆོག་གི་མཚོན་མང་བསྐྱེན་རུས་ཀྱང་། སྐྱབས་སུ་མ་བ་  
བཅོལ་གཏམ་མི་སྒྲ་བ། འདི་ཡང་ཡ་རབས་ཚུལ་དང་མཐུན་མིན་ནམ། །  
ཞེས་ཀྱང་སྒྲས་སོ། །

ཡང་ཁོང་གིས་བཛོད་པ། རྒྱ་འབྲེལ་དག་ཏུ་ཡང་། ལས་གྱི་རུས་པ་མཐོང་བ་  
དག་བཅོམ་ལ་སྒྱུར་བ་རྩ་བའི་གོང་འོག་གི་འབྲེལ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར། རྩ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་རི་བཞིན་རང་ལུགས་སུ་མ་མཛད་དེ། ལུང་རྣམས་  
ནི་སྒྲ་རི་བཞིན་ཡིན་མིན་དཔྱད་པའི་གཞི་ཡིན་ཞིང་། རྩ་མ་མེད་པའི་རིགས་  
པས་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྣམ་ཐར་དད་པའི་འཇུག་དོགས་  
སུ་གཞན་གྱི་ཆོག་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་དཔྱད་པ་ལུང་ཅམ་སྒྲུབས་སུ་  
གྱུར་བ་རྣམས་གྱི་ངང་ཚུལ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་མི་མངའ་བས་ཞེས་གསུངས་མོད།  
རང་ལྟ་ལ་ཞེན་ཆེ་བས་མཁས་པའི་གཞུང་ལམ་ཆེན་པོར་རྣམ་དཔྱད་གྱི་གོམ་  
པ་འདོར་བར་ག་ལ་སྒྲོ། དེས་རྒྱ་གཞུང་མང་པོས་བཤད་ཟེར་བ་ཡང་སྒྲུབ་

བྱེད་དུ་མི་ཆེ་སྟེ། འོན་ཅུ་ཤེས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡང་རང་རྒྱུད་པ་མན་ཆད་དུ་  
 འགྲེལ་རིགས་པར་ཐལ། ཆོག་གསལ་ལས། སྦྱོར་པའི་རག་རྒྱས་པར་རྫོང་  
 པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་འགྲེལ་པ་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་ནོ་ཞེན་ཟེར་བ་  
 བྱུགས་སྐར་བཀོད་པའི་བྱིར། མདོན་རྟོགས་རྒྱུན་ཀྱི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་  
 གྲུང་ཉན་རང་རིགས་དེས་སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་ལུགས་སུ་འགྲེལ་རིགས་  
 པར་ཐལ། རྒྱ་འགྲེལ་པལ་མོ་ཆེས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་བྱིར། གཞུང་གཞན་  
 དུ་ཡང་། རན་པ་མང་པོས་སྒྲིས་གྲུང་མཁས་པ་རང་ཉིད་ལེགས་པའི་ལམ་དུ་  
 མོང་། ཞེས་དང་། བཞེ་བརྒྱ་པར། པལ་མོ་ཆེན་མི་རྣམས་ནི། །དམ་པ་མ་  
 ཡིན་ཕྱོགས་ཡོངས་འདྲིན། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། མང་བས་འགྲུབ་ན་ཆགས་  
 སྐར་གི་དུག་ཆུའི་རྒྱ་མཚོ་དུབ་ཀྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་དབྱེས་དགུར་རོལ་ཅིག ཡན་  
 ལག་འདི་དག་སོགས་ཀྱི་དོན་རྒྱ་འགྲེལ་ཀྱན་དང་མི་མཐུན་པར་བཤད་པ་  
 བརྗེད་ངས་རྒྱུན་པོས་ཁྱེར་བ་ཟད་དེ། བྱི་མ་བརྩམ་དུས་སྐུ་མ་བརྗེད་པའི་  
 དན་དབང་ཆེན་པོའི་ཉེ་གནས་ནི་རྗེད་བྱེད་ཀྱི་གདོན་དུ་གོར་མ་ཆག་གོ། །ཁོ་  
 བ་རེ། སྒྲེས་བྲུག་ཅིག་གི་རྒྱུད་ན་དུས་མཉམ་པའི་བདག་འདྲིན་དུ་མས་བྲངས་  
 པའི་སྟེན་པ་ཡོད་པར་འགལ་ཟེར། བདག་འདྲིན་དང་སྟེན་པ་མདོན་གྱུར་  
 བར་མདེས་པས་འདིར་སྦྱོན་དུ་མི་འགྱུར་མོད། ཁྱེད་ཅག་ལུགས་འདིར་ཀྱན་  
 གཞི་དང་ཉོན་ཡིད་ཁས་སྒྲུངས་པས་དེ་ལྟར་སྦྱོན་བརྗེད་པ་མཁས་པའི་མདུན་  
 སར་དོ་ཆ་སྒྲུངས་པ་སྟེ། ལུང་ལས། ལེན་དང་དང་པོ་གསལ་བ་དང་། །ཞེས་

སོགས་དང་། དེས་ཚིག་མེད་པར་ཐལ་བའི་རིགས་པ་གིང་རྟ་ཆེན་པོས་གསུངས་  
པ་རྣམས་ཀྱང་འདོད་དགོས་པས། དེ་ལྟ་ན་འཛིན་སྟངས་མི་འདྲ་བའི་རྟོག་པ་  
གཉིས་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་རིག་བྱེད་བདག་པོས་ཀྱང་བརྟོག་དུ་མེད་པའི་བྱིར་།  
གཏད་སོ་མེད་པའི་འཆལ་གཏམ་ཕྱིར་བར་སྒྲེལ་བ་འདི་དག་ཁོ་བོ་ཅག་དལ་  
འབྱོར་ཆུད་གཞོན་པའི་རྒྱར་སོང་ངོ་། །འདི་རྟེན་དུ། དགོ་སྤྲེག་གོགས་ཀྱི་སྤང་  
བ་མི་བརྟན་པས། །བསྐྱེད་མཚོག་གསུམ་བདེན་པས་བྱ་ར་མཛོད། །བགྲང་  
ཡས་སྒྱེ་བོ་ཆགས་སྤང་གཅོང་ངོང་དུ། །བསྐྱར་ན་སྤྲེག་བསྐྱེད་བཅོང་མེད་  
བརྟོག་པར་རིགས། །ཞེས་ཀྱང་སྒྲུས་སོ། །

ཞེས་བཅོང་བ་འདི་ལ་ལན་བཅོང་བ། རྒྱ་གཞུང་དུ་མར་མ་བཤད་ཅེས་བཅོང་  
རྒྱ་མ་རྟེན་ནས། རྒྱ་གཞུང་ཚོམ་པའི་བཀ་ཆེན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་རྩ་བའི་གོང་འོག་  
གི་འབྲེལ་དང་འགལ་བ་མ་མཁུན་པས་དེ་དག་གི་ལུང་ཅམ་སྐྱབས་སུ་མི་རུང་  
བར་ཁས་སྤངས། དེ་དག་གི་ལུགས་བབུང་ན་དམ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་ས་  
བབུང་བར་གྱུར་བ་བཞི་བརྒྱ་པའི་ལུང་གིས་བསྐྱབ་ཅིང་། བཀ་ཆེན་མང་པོའི་  
གསུང་གི་སྤྱོད་ས་བབུང་ན་དན་པ་མང་པོས་སྒྲུས་པའི་སྤྱོད་ས་བབུང་ནས་ཆགས་  
སྤང་གི་དུག་ཆུའི་རྒྱ་མཚོ་རྩལ་གྱིས་བརྟུབས་ལ་དགུས་དགུར་ངོལ་ཅིག་ཅེས་  
དོན་གྱིས་འཕང་། ཡང་ཞེན་ལྟའི་དབང་གིས་མཁས་པའི་ལམ་ལ་མི་སྒྲོ་ཞེས་  
བཅོང་བ་སྦྱིར་དེ་ལྟར་ལོས་ཡིན། ཡང་ཡན་ལག་འདི་དག་སོགས་ཀྱི་དོན་  
བཤད་པ་རྒྱ་འགྲེལ་དང་མ་མཐུན་ནོ་ཞེས་གཞན་ལ་སྒྲོན་བཅོང་བ་བཅེད་ནས།



སྐབས་འདིར་རྒྱ་འགོལ་མང་པོས་བཤད་ཀྱང་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་མི་ཆེ་ཞེས་རང་ཆོག་  
 རྒྱ་མི་འགལ་བ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་འདི་ཅི་ཞིག་གཏད་སོ་མེད་པའི་འཆལ་  
 གཏམ་ཞེས་བ་ཡང་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་བསམས་ནས་སྒྲུས་བ་རྟོག་ཅིག་ཡན་ལག་  
 འདི་དག་སོགས་ཀྱི་དོན་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་  
 མི་འདྲ་བ་གང་གི་ཕྱོགས་བརྒྱུད་ཡང་འགལ་བ་མེད་ཀྱང་། སྤྱོད་འཇུག་ཅུ་བའི་  
 དགོངས་པར་མཐུན་ཤས་ཆེ་བ་བརྒྱུད་གི་ཤར་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱིས་བཤད་  
 བ་ལ་སྤྱིར་འགལ་བ་ཡོད་པར་ནི་མ་སྒྲུས་སོ། །ཡུང་དོན་རིགས་པས་དབྱུང་  
 བས་རིགས་པས་འཐད་པ་ཡང་དག་པ་མཐོང་ན་རིགས་པ་དབང་བཅོན་དགོས་  
 པར་བཤད་པ་ལྟར་བདག་ཅག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་འདོད་ནས་དབྱུང་བ་ལ་ཞུགས་  
 བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱིས་བྱ་གཅིག་གི་རྒྱུད་ན་དུས་མཉམ་པར་བདག་འཛིན་རིགས་  
 མི་འདྲ་བ་དུ་མས་དངས་པའི་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་འགལ་ཞེས་བ་མངོན་གྱུར་པར་  
 མངས་པས་སྤྱོན་དེར་མི་འགྱུར་ཟེར་བ་ཡང་ངའོ་སྟམ་པའི་འཛིན་ལྟ་ལྟན་སྤྱིས་  
 དེས་དངས་ནས་བདག་བདེ་བ་དང་འཐད་པར་བྱ་སྟམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་  
 སྤྱི་བ་དེ་ལས་རྟག་པའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སོགས་འཛིན་ལྟ་རིགས་མི་འདྲ་བ་  
 གཞན་གྱིས་དངས་པའི་སྤྱོད་པ་དུ་མ་མངོན་གྱུར་དང་བག་ཉལ་གང་ཡང་ཡོད་  
 དཀའ་འོ། །མངོན་གྱུར་ཞེས་མ་སྒྲུས་ཀྱང་མངོན་གྱུར་ཡིན་པར་དོན་གྱིས་གོ་  
 སྟེ་ཉོན་མོངས་པའི་མིང་གཞུང་རྣམས་སུ་བཤད་པ་དག་ལ་མངོན་གྱུར་པའི་  
 བྱུང་པར་རེ་རེ་ནས་སྤྱིར་མི་དགོས་པ་བཞིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་བག་ཉལ་བརྗོད་

པའི་སྐབས་ཡིན་ན་བག་ཉལ་ཞེས་དམིགས་བསལ་ཏེ་རྗོད་པར་བྱེད་དོ། །  
 བྱེད་ཅག་ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་ཡིད་འདོད་པ་ལྟར་ན། ལེན་དང་སྐྱེས་ཀྱི་དོན་  
 ལྟར་གྱི་ད་ཏྲ་ཆེན་པོའི་གཞུང་བཞིན་འདོད་དགོས་པས་འཛིན་སྟངས་མི་འདྲ་  
 པའི་རྟོག་པ་གཉིས་མངོན་གྱུར་ཡོད་པ་ཆངས་པས་ཀྱང་བསྐྱོག་མི་ལུས་ཟེར་  
 བ་ཡང་ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་ཡིད་དུ་མ་ཟད་ཆོགས་དུག་གི་ཤེས་པ་ལ་འང་འཛིན་  
 སྟངས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་མངོན་གྱུར་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་པ་སུས་ཀྱང་མི་ཞེགས་  
 མོད་བཀག་དོན་ཀྱང་མེད་ལ། དེས་བདག་འཛིན་རིགས་མི་འདྲ་བས་དངས་  
 པའི་སྲིད་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་ཡོད་པ་ལ་ཅི་ཡང་མི་ཡན་ནོ། །རྟོག་པ་གཉིས་  
 ཞེས་པའི་རྟོག་པ་འདི་རོ་བོ་ཉིད་རྟོག་གི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་རིགས་མི་མཐུན་པའི་  
 རྟོག་མེད་ཤེས་པ་དུ་མ་མངོན་གྱུར་བ་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་པར་རུང་གི་རིགས་  
 མཐུན་གཉིས་ལྟན་ཅིག་མི་སྟེ་བར་གཞུང་རྣམས་སུ་བཤད་པ་བཞིན་ལ། ཡིད་  
 ཤེས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་སྐྱོད་དོན་འདྲེས་འཛིན་གྱི་རྟོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ནི། རྟོག་  
 གཉིས་ཅིག་ཆར་འཇུག་པ་མེད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། འདི་དག་  
 གིས་སྐབས་ཀྱི་དབྱེད་བྱ་ལ་ཡན་གཞོད་ཅི་ཡང་མི་འདུག་གོ། །

དོན་ཅུང་ཏུ་འདི་ཐད་རིགས་པས་དབྱེད་པ་བྱས་པ་ཙམ་ལ་ཆགས་སྒྲུང་དེ་ཙམ་  
 སྟེ་དོན་མི་འདུག་ཀྱང་། སྟེ་བར་ཉིད་ཀྱིས་གཟིགས་དུས་དེ་ལྟར་ལོས་ཡིན་  
 ཏེ། ཞི་བརྗོད་སྤྱི་ལྟ་། ཡང་ཁོང་གིས་བརྒྱལ་བ། འཛིན་ལྟ་སྤྱི་ལོས་དངས་  
 པའི་ཡན་ལག་བརྩམས་ཀྱི་ནང་ཆོན་སྲིད་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཅི་

སྟེ་ཡོད་ཅེས་བསྟོན་འདིར་མོད། ཐོགས་སྒྲིལ་ནམ་མཁའ་དགག་པའི་  
 ཉི་མ་སྟོབ་པའི་རང་ཚུལ་མཆོན་བ་སྟེ། ཁོ་བོ་ཅག་མཛོན་པ་ནས་བཤད་བ་ལྟར་  
 གྱི་ཉན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པར་འདོད་ཀྱང་། མེད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་  
 བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཆགས་བཅས་ཀྱི་དབང་བཙུག་པ་འདོད་པའི་ལྷགས་  
 མིན་པས་ལེགས་པར་རྟོག་ཅིག་ཡང་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ལས་ངན་མཆོན་ཆ་རང་  
 ལ་འཁོར་བའི་ཚུལ་འདི་ལྟར་སྒྲིལ་རྟེ། བ་རོལ་བོས་འདིག་ལྟས་དྲངས་པའི་  
 མེད་པ་ཡོད་པར་མི་འདོད་ཅེས་རྒྱས་གཏམ་ཁ་བོ་ཆེ་བསྒྲགས། རྒྱས་མེད་ཀྱི་  
 འཕྲོངས་སྤྱད་པའི་ཉམས་ངན་བརྟོག་བ་སྟེ། མཛོད་དུ་འདིག་ལྟའི་རྒྱ་དང་རྒྱ་  
 ཅན་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཐ་རྒྱས་བཞི་བཅུ་བཤད་བ་དང་། རང་གི་ས་པའི་  
 ཉན་མོངས་ཀྱན། ཞེས་དང་། མོངས་ལས་ཐེ་ཆོམ་སོགས་མཐོང་ཐོས་མེད་  
 པའི་བབ་ཅོལ་ལོ། །

ནམ་གྲོལ་ཐོབ་པ་ལ་སངས་རྒྱུད་གོས་ན། ཉན་རང་གི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཕྱད་པོ་ལྟ་  
 དང་། མི་སྟོབ་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱད་མེད་པར་ཁས་ལོངས་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
 སྟོམ་པའི་སྐ་རགས་བརྟོག་རྟེ། ཡལ་འདབ་ལྟ་པའི་ལྷག་ཐུན་རྒྱུ་བཅུ་བརྟོག་  
 ཉེ་སེམས་མེད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལ་ཅི་བདེར་རང་སོང་ཞིག་གིས་རྟོག་ཐོབ་  
 གཞུང་དུ་སེམས་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལྟ་དང་དུག་དང་ནམ་གངས་སྟོན་བདུན་  
 དུ་འང་གསུངས་མོད། འདིར་བྱེད་ཅག་གིས་ལོག་རྟོག་སྒྲིལ་པའི་འཕྱལ་ལས་  
 བྱུང་བའི་སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་བརྒྱད་བདེར་བྱོན་ལ་སྤྱད་བྱ་ནམ་

མཁའི་པརྫོ་ལ་རྫོགས་པར་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ངེས་པ་ལྟ་ལྟ་དུ་བཞགས་ཤིག  
ཉན་ཐོས་སྒྲེ་བས། ཉན་པས་ཀྱང་དུམ་མྱོང་བར་འདོད་པས་ནམ་གྲོལ་མ་ཐོབ་  
པར་སྐྱབས་ཤིག དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་མཐོང་བས་གྲོལ་བ་ལ་རྩོད་པ་མེད་  
ཅེས་ཤེར་འབྱུང་གི་འདོད་པ་སྤར་ཡང་དངས་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁྱོད་ལ་སྒྲོལ་  
པའི་རེ་ཐག་ཆད་མོད། བདག་ཉིད་ཆེན་པོས། མ་བརྩམས་པ་ནི་མཚོག་  
ཡིན་གྱི། །བརྩམས་ནས་ལྷོག་པར་མི་བྱའོ། །

ཞེས་གསུངས་པས་མཇུག་རྫོགས་ཁུལ་ཞིག་བྱ་དགོས་པར་སྤང་མོད། ཉྱེབས་  
ལྟ་འོ་མ་བསྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་མི་འདོར་རོ། །ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་ལན་  
བརྫོད་པ། ཡན་ལག་བརྩལ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཚན་སྟེང་པ་ལ་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་  
བྱུང་ཅིང་། དེ་རྒྱུད་ལྟར་ལ་དགྲ་བཅོམ་མི་སྟོང་པར་བྱེད་འདོད་པ་བདེན་མོད།  
གང་ཟག་རང་རྒྱ་བྱུབ་པའི་བདག་འཛིན་གྱིས་དངས་པའི་སྟེང་པ་མངོན་གྱུར་  
བ་རེ་ཞིག་སྤངས་ཀྱང་། གང་ཟག་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིག་  
ལྟས་དངས་པའི་སྟེང་པ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་འགྲེལ་བའང་མཐོང་བས་ན། དེ་ལྟར་  
ན་གཞུང་རྩ་བར། སྟེང་འདི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་གསུངས་པས་  
གཞོད་ལ། དེར་ཡང་མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་  
བྱུང་པར་སྐྱར་རོ་སྟུམ་ན། མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཞེས་  
བ་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་གྱི་རྒྱ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ནམ་མིན། ཡིན་ན་ཉོན་  
མོངས་ཅན་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། མིན་ན་གང་ཟག་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་

འཛིན་པའི་འཛིག་ལྟས་དྲངས་པའི་སྟེང་པ་ཡང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཞིང་། སྟེང་  
པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་བྱགས་ལ་འགྱུར་བོ། །མཛོན་པ་ནས་  
བཤད་པའི་བདག་འཛིན་རགས་པ་དེས་བསྐྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཞེས་  
བྱུང་པར་སྒྱུར་བར་འདོད་ན། མེས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ལྟན་སྟེས་  
སྒྲུལ་མཛོན་པ་ནས་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། འཇུག་པ་  
ལས། འདི་ནི་རང་འཛིན་རྟེན་དུ་འང་མི་རིགས་ལ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །སྟོན་གཞན་ཡང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མཐོང་བས་སྒྲིབ་  
གཉིས་ཀྱི་སྒྲས་བྱེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་མཐའ་དག་མི་སྟོང་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་  
ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་མིན་པའི་ཉོན་མོངས་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་  
ན། ལྷ་བས། ཉོན་མོངས་སྟོན་རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་ཆོགས་ལ། །ལྟ་ལས་  
བྱུང་བར་སྟོ་ཡིས་མཐོང་གྱུར་ནས། ཞེས་དང་། འཇུག་པ་རང་འགྲེལ་དུ། ཉན་  
ཐོས་རྣམས་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་སྟོང་བའི་ཕྱིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
པ་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། །

ཡང་ཡ་ཐོལ་པོས་འཛིག་ལྟས་དྲངས་པའི་སྟེང་པ་ཡོད་པར་མི་འདོད་ཅེས་སྒྲས་  
པ་ལས་ངན་མཚོན་ཆ་རང་ལ་འཁོར་བ་དང་། རྒྱས་མེད་ཀྱི་རྒྱས་གཏམ་བྱས་  
པ་དང་། མཛོད་ཀྱི་སྤྲ་རྒྱས་བཤད་ཚུལ་མ་མཐོང་བའི་བབ་ཅོལ་ལོ་ཟེར་བ་  
ནི་དོན་མེད་པའི་བབ་ཅོལ་བྱེད་རང་གིས་སྒྲས་པ་སྟེ། མཛོན་པ་ནས་བཤད་པ་  
ལྟར་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་གྱུར་པའི་རྒྱུད་ལ་འཛིག་ལྟས་དྲངས་

པའི་མེད་པ་མེད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་ཅི་སྟེ་མེད། འཇིག་ལྟའི་རྒྱ་དང་  
 རྒྱ་ཅན་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཉོན་མོངས་བཤད་པ་དང་། རང་གི་ས་པའི་ཉོན་  
 མོངས་ཀྱི། ཞེས་དང་། མོངས་ལས་ཐེ་ཚོམ་དེ་ལས་ནི། ལོག་ལྟ་དེ་ནས་  
 འཇིགས་ཚོགས་ལྟ། ཞེས་སོགས་གོ་རིམ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། ཁྱོད་  
 གྱི་ཞེ་འདོད་ལྟར་ན་འཇིག་ལྟའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་འཇིག་  
 ལྟ་སྤངས་པས་མི་སྤོང་བར་གྱུ་བ་ལ། རྒྱ་མ་སྤངས་ན་འབྲས་བུ་འཇིག་ལྟ་ཡང་  
 མི་ལྟོག་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱོད་པ་མཐོང་ཡང་ཉོན་མོངས་མི་ལྟོག་  
 བར་འགྱུར་བར་ཐལ་བས། རང་གིས་ཀྱང་བདག་མེད་སྤྱོད་པ་གསུམ་སྟེ་བ་སོགས་  
 དོན་མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །འཁོར་གསུམ་དུ་དམིགས་པའི་ཀུན་མོངས་རྣམས་  
 ལའང་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་ཉོན་མོངས་པའི་མིང་གིས་བསྟན་པ་  
 ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་ཐར་པ་ལ་གོགས་ཕྱེད་པའི་ཆ་ནས་  
 བཞག་པའི་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་གྱལ་དུ་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ལྟོག་མི་  
 ལྟོག་དབྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་ནོ། །རྣམ་གྲོལ་ཙམ་ཐོབ་པ་ལ་སངས་རྒྱ་དགོས་  
 བར་སུ་ཞིག་གིས་ལས་སྤངས་པ་ཡིན། འཕེན་མེད་པའི་མདའ་གང་དུ་འཕེན།  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱོད་པ་ལྟོགས་པའི་ལམ་དེ་ཁོར་གོམས་པས་ཉོན་མོངས་  
 ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་དག་བཅོམ་པ་ཐོབ་པར་བདག་ཅག་གིས་འདོད་དེ།  
 ཅུ་ཤེས་ལས། བླ་དང་སྤྱི་རོལ་ཉིད་དག་ལ། བདག་དང་བདག་གི་སྒྲུམ་  
 ཟད་ན། ཉེ་བར་ལེན་པ་འགག་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཟད་པས་ན་སྟེ་བ་ཟད། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཟད་པས་ཐར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཀླུ་  
གྲོལ་མཐར་ཐུག་ཐོབ་པ་ལ་སངས་རྒྱ་དགོས་ཏེ། རྒྱུད་སྒྲུ་མ་ལས། དེས་ན་  
སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་པར། །ཁྱུ་རན་འདས་པ་མི་འཐོབ་སྟེ། །འོད་དང་འོད་ཟེར་  
སྒྲངས་ནས་ནི། །ཉི་མ་བལྟ་བར་མི་རུས་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །  
ཉན་རང་གི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡུང་པོ་ལྟ་དང་། མི་སྒྲོབ་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱད་མེད་  
པར་ཁས་ལོངས་ལ་ཞེས་སོགས་བརྒྱལ་བ་ནི། དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་  
རིགས་པའི་འཕུལ་ཅམ་ནམ་མཁའི་བརྒྱ་དང་མོ་གཤམ་བྱ་ཡི་རྩེ་བོར་སོང་བས།  
འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ཆོག་འབྱུང་སྒྲུ་བ་ལ་དགའ་བ་ནི་རལ་བ་དོན་མེད་པས། འོག་  
ཏུ་འཁོར་བ་དབྱེངས་སྒྲོལ་གྱི་སྒྲིང་པོར་བགྱང་བར་བསྐྱལ་བ་ལྟར། བྱེད་རང་  
གིས་ཀྱང་དོན་དེ་ཉམས་སུ་བསྟར་ན་ལེགས་པར་མངོན་ལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་  
སྒྲོལ་པའི་སྐྱར་གས་འགོལ་ཚུལ་ཐུགས་ལ་མངའ་བ་བཞིན། མོང་དུ་ཉིད་  
རང་གིས་བཀྲོལ་ཟིན་པ་ལགས་པས། ཡལ་འདབ་ལྟ་པའི་ལྷག་ཐུན་རྒྱུ་ཏུ་  
བསྒྲོལ་ལམ་མ་བསྒྲོལ་ཀྱང་ཆོག་ལ། སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་སངས་རྒྱས་  
སྟོན་མེད་རང་སྒྲོས་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་གི་གྲུལ་དུ་བཞུགས་ནས། ཉེན་འབྱུང་  
གི་སྒྲུང་བ་ལས་ཡན་གར་དུ་གྱུར་པའི་བདེན་སྟོང་ནམ་མཁའི་བརྒྱུར་ལོངས་  
རྒྱད་དེ་རེས་པ་ལྟ་ལྟ་གྱི་སེམས་ཅན་དུ་བཞུགས་ཤིག ཉན་ཐོས་སྟེ་པས།  
སྟོན་པས་དུམ་ཁྱེད་རང་འདོད་པ་ནི་ལོག་རྟོག་ཡིན་ལ། ལྷག་བཅས་དག་  
བཅོམ་ནམས་ལ་ལུས་ཀྱི་དུམ་མི་སྲིད་པར་གཞུང་ནམས་སུ་མ་བཤད་ཅིང་

སེམས་མ་འགག་པས། གསུམ་འདུས་པའི་རེག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་  
མེད་པར་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་མེད་ལ། སངས་རྒྱས་ནི་ཚོགས་བརྒྱད་གནས་  
གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཡི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་དྲག་ཏུ་གཡོ་  
བ་མེད་པས་ཚོར་བ་རང་མཚན་པ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་  
གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་ཏེ། མདོར་ན་ཐ་མལ་རང་རྒྱད་ཀྱི་ལུང་པོ་ལྷ་ལུ་མ་ཡིན་  
པར་ཟག་མེད་ཀྱི་ལུང་པོ་ལྷ་མཐར་ཐུག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས། ལུང་པོ་  
དག་ལས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་གྲོལ་བ། ཁམས་རྣམས་དང་མི་ལྷན་པ་ཞེས་སོགས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་དགོས་ཀྱི། ཉན་ཐོས་སྒྲེ་པས་ཞེ་འདོད་དང་མཐུན་པར་  
ཐ་མལ་པའི་ལུང་པོ་ལྷ་དང་ལྷན་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་གཤམ་དུ་མར་བཞག་ནས་  
གང་ཟག་རང་རྒྱད་པ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་དེ་དག་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དོན་ལས་  
ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་པས་ན། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ནི་སེམས་  
གནས་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་འདོད་པས་ན། ཐ་སྙད་དུ་ས་བོན་  
ལྷ་གྱུར་གནས་གྱུར་པའི་ཚོན་ས་བོན་འགག་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཀྱི། ས་  
བོན་ད་དུང་མ་འགག་ཅེས་སྤྲོས་ཀྱང་མི་སྒྲིབ་པ་ལྟར། སེམས་འགག་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་སྒྲ་མདོན་དུ་གྱུར་ཅེས་འདོད་པས། སྒྲོན་པས་རྣམ་གྲོལ་མ་ཐོབ་ཅེས་  
སྒྲ་བ་ལྟ་ཅི། བསམ་པ་ཙམ་ཡང་མི་བསྐྱེད་དོ། །ཁྱིད་ཀྱིས་ནི་སེམས་མ་འགག་  
པ་གང་ཟག་ལལ་པ་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་ཁས་ལེན་པས་སངས་ལྷེད་གི་ཚལ་  
པ་ཟུག་པ་སོགས་ལ་གསུམ་འདུས་པའི་རེག་པ་ལས་བྱུང་བའི་དུམ་ཡོད་པ་



ཉན་ཐོས་སྒྲེ་བ་དང་མཐུན་པར་ཁས་ལོངས་ལ་རྣམ་གྲོལ་མ་ཐོབ་ཅེས་སྒྲུ་སྒྲོབས་  
 བ་སྒྲོས་ཤིག། དོན་དམ་བདེན་བ་མཐོང་བས་གྲོལ་བ་ལ་ཤེར་འབྱུང་གི་ལུང་  
 གིས་སྒྲུབ་ཅི་དགོས་ཏེ། རྒྱལ་པའི་བཀའ་དང་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོའི་གཞུང་རྣམས་  
 གྱི་དོན་བཞིན་རིགས་པས་གྲུབ་ཟེན་པའི་ཕྱིར་ཡང་སྒྲུབ་མི་དགོས་སོ། །བདག་  
 ཅག་ལ་རྒྱལ་པའི་རེ་ཐག་ཆད་པར་བྱེད་ཀྱིས་ཐུགས་སྒྲོན་མཛད་རུང་རྒྱལ་པའི་  
 རེ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་གིས་བརྒྱལ་བ་མི་སྤྲིད་མོད་ཀྱང་། བརྒྱལ་བ་ལ་དོན་རྒྱུང་  
 བར་ཤེས་ནས་བཏང་སྒྲོམས་སུ་བྱེད་པར་འདོད་ན་ཡང་། སྒྲོབས་ལུན་འོ་མ་  
 བསྒྲུབས་པའི་ངང་ཚུལ་མི་འདོར་བའི་དཔེ་བཞིན་དུ་སྤོང་ཡང་རྒྱུར་དེ་ཉིད་ཞེན་  
 གོ་རུས་ཅམ་གྱིས་མ་ཡིན་པར་རྩོད་པའི་ཆོག་འདི་འདྲ་མཐོང་ཆེ་རྒྱལ་པའི་རེ་  
 ཐག་ཆད་པ་ཡར་ཞོག། ལན་གྱི་སྒྲུབ་མང་པོ་ལ་ངག་གིས་སྒྲོབ་སྒྲེད་པའི་རྒྱ་བྱེད་  
 བར་འདུག་ཀྱང་སྒྲུབས་དོན་ཅམ་ཞིག་མདོར་བསྒྲུས་ནས་སྒྲུས་པའོ། །  
 ཡང་འྲི་ཀར། བྱེད་པར་གང་ཡང་མ་སྒྱུར་བར་སྒྱིར་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་  
 ཞེས་རྩ་བར་བཤད་ཟེར་མོད། ཆོག་གི་འབྱུང་མ་བསྐྱན་པར་འགྲེལ་བ་བྱེད་  
 པའི་བཅའ་ཁྲིམས་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་བརྒྱལ་ལ་ངང་ཆོག་ཀྱང་སྒྲུབ་སྒྲུངས་མོད།  
 ཁྱོད་ཀྱིས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲེད་པ་འདི་ངར་འདྲིན་གྱིས་བསྒྲེད་པའི་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་ཅི་ལ་སྒྱུར། རིགས་པའི་རྒྱལ་པོས། དེས་ན་  
 ངན་པའི་ཐུན་པས་བྱུང། ཅེས་གསུངས་པ་ཁོ་ནའོ། །དག་བཅོམ་དམིགས་  
 ཀྱིས་བཀའ་བས་དེ་མ་ཐོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲེད་པ་ཞིག་ཐོན་ཞིང་། དེ་ལ་ངར་

འཛིན་གྱིས་མ་བསྐྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་པའང་ཆོག་འོག་མས་ཤེས་པའི་ཕྱིར། དེ་  
ལྟར་འགལ་མོད། ད་དུང་ངོ་ཚ་བོར་ཏེ་སྒྲུལ་པ། གླེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་  
པ་ཞིག་ཡོད་པར་བསྟན་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་གླེད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཅི་ལ་སྟོན་  
ཏེ། ཆོག་དོན་ལ་མ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར། དེའང་དོགས་སེལ་དང་དཔེ་སྟོན་དུ་  
སོང་ནས་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་པའི་དམ་བཅའི་ཆོག་ཙམ་ཞིག་བསྟན་གྱི། ཡོད་རྒྱ་  
ཅི་ཞིག་ཡིན་དང་ཡོད་པའི་གཏན་ཆོག་ས་གཉིས་ཀ་ཉམས་པའི་དག་འབྲེལ་  
མེད་དེ་འདྲ་སྟོབ་དཔོན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་གསུང་ལས་འབྱུང་བ་གནས་མེད་  
ཅིང་གོ་སྒྲུབ་སེམས་མེད་དོ། །ཞེས་གཏིང་ནས་ཞེ་སྤང་གིས་ཡིད་དུ་གྲགས་པའི་ཐ་  
སྒྲུབ་སེམས་འབྱུར་ཏེ། འདོན་བྱེད་དམར་རྒྱུ་གོ་སྟོགས་སུ་གཡོ་ཞིང་རྒྱུད་པས་བྱོ་  
བརྒྱུད་པའི་སྒྲེ་སྒྲགས་གྱི་རྒྱུད་འཕོད་བྱེད་ཅིང་། ཁོ་བོ་ཅག་བག་ཚབ་མེད་པར་  
གྱེ་མ་ཞེ་སྤང་མི་བཟད་པའི་གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པ་འདི་ལ། བཅོམ་ལྷན་  
འདས་གྱི་བཀའ་བཞིན་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་གྱི་དགོ་འདུན་གྲངས་ཚང་བ་  
བསྐྱས་ཏེ་སྟོན་པའི་གནད་བསྐྱེན་པ་ལ་བཙོན་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ལྟ་ནའང་  
བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་ལྟ་བུར་མོས་པས་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། ཡ་རོལ་པོས་ཁོ་རང་  
ལ་གྲགས་པའི་ཉོན་མོངས་གླེད་པ་མེད་ཅེས་པ་ལ། གླེད་འདི་ཞེས་བཀའ་ཏེ་  
སྟོང་གྱིས་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་། ཀུན་སྤྲོངས་བཞིན་ཞེས་པ་  
རོལ་པོ་ལ་གྲགས་པའི་དཔེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། འདིར་པ་རོལ་པོས་མེད་ཟེར་  
རྒྱུའི་གླེད་པ་ཞིག་བསྟན་ལ། འདི་ཞེས་པའི་ཉེ་ཆོག་གི་རྒྱས་དྲངས་པའི་གླེད་

པ། ཁོའི་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཡང་བསྟན་པས་  
 ལུགས་གཉིས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཕྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མ་ཁས་དགོས་པར་  
 གསུངས་ལ། དངོས་ལུགས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་ལ་བཅས་གཞུང་སྤྱི་ལ་གྲགས་  
 ཤིང་། དངོས་དང་ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཞན་སེལ་སྐྱབས་སོགས་  
 ཀྱིས་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་སྐྱས་ཀྱང་དོན་སྲ་མ་དང་ཕྱི་མའི་དཔེ་ཡང་  
 བསྟན་ལ་འགྲེལ་པའང་སྲར་བྱངས་པ་ལྟར་ལ། གཞན་དུ་ན། སྤྱིང་པ་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་མིན་ཏེ། ཞེས་སྐྱས་པས་གྲུབ་པོ། དེའི་ཕྱིར་ཡང་སྐྱས་དཔེ་དོན་  
 གཉིས་ཀ་ལ་གཉིས་རེ་འབྱེད་པར་འཕངས་སོ། །སྤྱིང་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་  
 མིན་པ་ཡོད་ན་ང་རྒྱལ་ལ་འང་དེ་ཁས་ལོངས་ཤིག འཕགས་པས། དང་པོ་  
 བརྒྱད་པ་དགུ་ཉོན་མོངས། ཞེས་དང་། སྤྱིང་དང་བྲལ་ལ་འབྱུང་བ་མེད། །  
 ཅས་དང་། རྣམ་འགྲེལ་དུ། སྤྱིང་པའི་སྤྱིང་ལས་རྣམ་བཞུལ་བས། ཞེས་  
 ཀྱང་གསུངས་མོད། རྒྱ་བོད་སྤྱད་པར་ཡང་མི་བསྟན་པར་རྒྱ་མིན་བོད་མིན་གྱི་  
 བེ་ཤ་ཅིའི་གདམས་ངག་ལོངས་ལ་ཐུན་དང་ཐུན་གསེང་ཀུན་ཏུ་སྐྱབ་པ་སྤྱིང་  
 བོར་མཛོད་ཅིག ཉན་ཐོས་སྡེ་གཉིས་ཀྱིས་གོང་མ་ལྟར་བརྒྱད་པ་སྤྱིང་པ་ལས་  
 ལ་གསོས་འདེབས་བྱེད་དུ་མི་འདོད་ཅིང་རྩ་བར་ཉེར་ལེན་སྒྲོས་ལ་བྱེ་སྐྱས་  
 སྤྱིང་པ་འཁོར་རྩར་འདོད་པར་ཡང་གསུངས་པས་དབྱེད་བྱ་མང་ཡང་རེ་ཞིག་  
 བཞག་གོ། །འདིར་སྤྱིང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པར་སྐྱབ་པ་སྐྱབས་སུ་བབས་པས།  
 དེའི་ཕྱོག་ཕྱོགས་ཉོན་མོངས་དང་། དེའི་དབང་གིས་བསགས་པའི་ལས་དང་།

འབུམ་ཁུ་སྒྲི་སྒྲིད་འབྲུང་བའི་ཚུལ་དབྱེད་པ་འབྲེལ་ལ། མོདླ་ལ་གྱི་ལས་དེ་ལྟ་  
ཁུ་ལ་སྒྲིད་པའང་མི་དགོས་པས་ཁྱོད་ལྟར་ན་སྒྲིད་པ་མེད་ཀྱང་རུང་ཞེས་ལན་  
གདབ་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཀུན་ཉོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡན་ལག་གཞིར་བཞག་ནས་  
དབྱེད་སྐབས་སྒོ་བྱུང་དུ་ཤེས་སྒྲིབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་བསྐྱེད་ཏེ། ཉན་  
རང་གིས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་རྟོགས་དགོས་པར་བཤད་  
པའི་གཞུང་གི་བྱེད་བྱི་མ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པར་རྟོགས་དགོས་པའི་ཚུལ་ཞིག་  
བཅའ་ཐབས་གྱིས་བཏོན་ཏེ། དེ་དང་སྒྱུར་བ་ནི་སྒྲོ་དོན་གཉིས་ཀ་ལས་རིང་  
དུ་འབྲམས་པའི་དང་ཚུལ་གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །

ཞེས་ཟེར་བ་ལ། ལན་བརྗོད་པ། ཕ་བར་སྒྲིད་འདི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་  
ཡང་ཞེས་པ་སྒྲིའི་བཞིན་དུ་བཀྲལ་ཀྱང་དོན་སྟོན་བཞིན། བྱེད་པར་གཞན་སྒྱུར་  
ཏེ་གྲོག་བཤད་མི་དགོས་པས་འབྲུ་བསྐྱེད་མ་དགོས་ཀྱང་སྒྱུར་འབྲེལ་པ་བྱེད་  
པས་ཕ་བའི་ཚོག་ལ་འབྲུ་བསྐྱེད་ནས་བཤད་པ་ལ་བཅའ་ཁྲིམས་སུས་འཛོག་  
སྟེ་འབྲུ་མ་བསྐྱེད་ན་ཕ་བ་རང་གིས་ཚོག་པས་འབྲེལ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། འབྲུ་  
བསྐྱེད་ལུགས་ལ་ཕ་བ་རང་གིས་དངོས་ཤུགས་གང་དུ་འང་མི་སྟོན་པ་བསྐྱེད་  
ན་བཅའ་ཁྲིམས་མེད་ཀྱང་། གཞུང་རྩོམ་པ་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་མིན་བརྟག་  
པའི་གཞིར་འགོ་འོ། །དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིད་པ་འདི་དང་འཛིན་གྱིས་  
བསྒྲིད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་སྒྱུར་བ་ནི། ཕ་བར་ཉོན་མོངས་  
ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་གསུངས་པ། ཉོན་མོངས་ཅན་ཞེས་པ་དང་འཛིན་གྱིས་

བསྐྱེད་པ་ལ་གོ་བའི་སྤྲད་དུ་འབྱུང་ཉུང་བསྐྱེད་ཡང་གཞུང་ཙུ་བའི་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་མིན་ཡང་ཞེས་པའི་དོན་ལས་གཞན་དུ་མ་སོང་བས། འབྲེལ་བས་ཙུ་བ་  
 བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་དུ་མ་གྱུར་ཏེ། །དེས་ན་རན་པའི་ཐུན་པས་བྱུང་བ་གང་ཡང་  
 མེད་དོ། །དག་བཅོམ་དམིགས་ཀྱིས་བཀའ་ཡང་དེའི་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྲད་པ་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་མིན་པར་བསྐྱེད་ན་དེ་འདྲའི་རྟོགས་པ་མ་སོབ་པའི་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྲད་པ་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་དུ་བྱགས་ཀྱིས་སོན་མོད། རར་འཛིན་གྱིས་མ་བསྐྱེད་པ་ཞིག་རི་  
 ཉུང་སོན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པའི་ཙུ་བ་རར་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་འདིར་  
 བར་ཟད་དོ། །དེས་ན་དེ་ཉུང་འགལ་མེད་ཅེས་པའི་ཚིག་རྒྱས་པས་སྤྲོད་པར་  
 སོང་ངོ། །

ཡང་ད་དུང་ངོ་ཚ་བོར་ཏེ། སྤྲད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཞིག་སོགས་ནས།  
 གནས་མེད་ཅིང་གོ་སྐབས་མེད་དོ་ཞེས་གཏིང་ནས་ཁྲོས་པའི་རྣམ་འབྱུང་སྣང་  
 མིག་དམར་བོར་གཡོ་ཞིང་རྒྱུ་བྱེད་པ་སོགས་ཟེར་བ། འཛིག་རྟོན་པས་  
 རང་དཔེ་རོགས་བཀའ་ཟེར་བ་ཉུང་སོང་སྟེ། གཞན་ལ་གཤེ་བའི་ཁྲོས་ཚིག་  
 མངོན་དུ་འབྱེད་པ་ཡོད་ན། རྟགས་དེ་ལས་ཁྲོས་པའི་རྣམ་འབྱུང་རྗེས་སུ་  
 དཔོགས་མོད་ཀྱི། འདིར་གཞུང་ཙུ་བའི་འབྲེལ་དང་ཚིག་རྒྱས་ཅམ་ལ་དབྱུང་  
 བས་གནས་མེད་ཅིང་སྐབས་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཅམ་གྱི་སྐབས་སུ་སོ་བོ་ཅག་  
 བྱི་དེ་ཉུང་ཁྲོས་པར་མ་གྱུར་བ། རེད་ཅག་ལ་རང་རིག་ཡོད་པས་རང་སྟོང་རང་  
 ལ་སྟོག་ཏུ་མ་གྱུར་པ་འདིས་ངས་རྒྱས་སོ། །གཏིང་ནས་ཁྲོས་ཤིང་ཁྲོས་ཚིག་

སྒྲུབ་རང་མཚང་དུ་མཛོན་པའི་བྱིར། རིགས་པ་སྒྲུབ་དག་གིས། རིགས་  
པའི་དབྱེད་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་ལེགས་པར་རྫོང་པར་བྱེད་ཀྱི་ཁྱོས་ཆོག་མི་  
སྒྲུབ་ཏེ། གཞན་སེམས་རྗེས་སུ་བསྐྱུང་ཞིང་སྒྲུབ་མཁས་པའི་ཚུལ་ཡིན་པའི་  
བྱིར་རོ། །སོ་སོའི་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པར་སྒྲུས་པ་ཅམ་ལ་སློ་ལྟན་སུ་ཞིག་  
ཁོ་རིགས་ཏེ། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཆོས་གྲགས་དང་ལྷ་གྲགས་དབྱིག་གཉེན་  
སོགས་ཀྱི་གསུང་རྣམས་ལ་འདར་བརྒྱལ་བ་དག་ཀྱང་མཐོང་སྟེ། རིན་འབྱུང་  
ཞབས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་ཁའི་གཤིས། ལྷ་གྲགས་ལ་སོགས་རྟོག་གེད་ན་འཛིན་ས་  
ཐོབ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་དང་། ཐལ་འབྱུང་པའི་ལུགས་འཛིན་པ་འགས།  
ཆོས་གྲགས་རྗེས་འབྲངས་དང་བཅས་པ་ཞེས་སྟོགས་སྒྲུབ་བཀོད་པ་དང་། ཨ་  
བྲུ་ཡས། ཞི་འཛོལ་རྗེས་འབྲངས་དང་བཅས་པ་ཞེས་བཀག་པ་སོགས་རྒྱ་གཞུང་  
ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་འདར་དེ་འདྲའི་རིགས་མང་ལ། བོད་དུ་འདར་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་  
སྟོས་མ་དགོས་ཏེ། བྱིད་ཅག་གི་སྟོགས་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་བོད་  
སྤྱི་རབས་པའི་ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་ཏུ་གད་གི་ལྟ་བ་ཡིན་པ་དང་། ཆད་ལྟ་ཡིན་  
པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མིན་ལ། ཐར་པའི་ལམ་མིན་ཞེས་དངོས་སུ་  
གསེ་ཡང་འདི་ན་སུ་དག་མིག་དམར་བོར་གྱུར་ནས་རྒྱ་དབྱེད་ཁོ་ཆོག་  
སྒྲུབ་གཙོག་ཀྱང་མ་མཐོང་སྟེ། སྒྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོའི་འཆར་སྒོ་དག་ག་ཏུ་མེད་  
པ་སྤྱི་ཆོགས་ལ་སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་ཁོ་སྟེ་སྟོབ་དོན་མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་  
ཞེན། གལ་ཏེ་གཞན་པ་དག་གིས་རིགས་པའི་ལམ་ཀྱིས་དགག་པ་བརྫོང་།

པ་ཉིད་གཞོད་པ་ཡང་དག་ཏུ་སོང་ན་ཁོ་བར་མི་རིགས་ཏེ། རིགས་པའི་དབང་  
 ལྷག་གིས་རྣམ་འགྲུལ་དུ། གཏན་ཆོག་སྤངས་པ་ཤིང་དམ་མ་བཤོད་ཀྱང་། །འགལ་  
 བ་ཆོལ་བས་འདིར་ཅི་བྱས། །དེས་བཤོད་ཉེས་པས་བསྟན་བཅོས་ལ། །གཞོད་  
 བྱེད་དུ་ནི་དེ་སྒྲེས་མིན། །གཞོད་བྱེད་བཤོད་མིར་སྒྲིབ་ཅིན། །གལ་ཏེ་མ་བཤོད་  
 བ་དེ་ཅི། །གཞོད་པ་མིན་ནམ་མི་རིགས་བྱེད། །མིན་ཏེ་ཅིས་ན་སྒྲིབ་ཅན་ཡིན། །  
 །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེས་ལ། །གཞན་གྱིས་བཤོད་པ་དེ་དག་རིགས་པའི་ལམ་  
 གྱིས་སྟན་ཕུར་རྣམས་ན་པ་རོལ་དེ་ཉིད་པ་སྦྱངས་པའི་རྒྱ་ཙམ་དུ་སོང་བས་རང་  
 ཉིད་གྱི་ལྷགས་དེ་རིང་ག་ཏུ་འགྲོ་བའི་རྒྱན་དུ་འགྱུར་བ་ལས་གཞོད་མི་རྣམས་ན་  
 ཁོ་བསྐྱེད་དོན་མེད་དོ། །ཆོལ་བ་རྣམས་གྱིས་ཅོད་དང་སྒྲིབ། །ཁྱོད་དང་འཕྲད་  
 བ་འཛིག་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་ཁོ་པོ་ཅག་བག་ཆ་བ་མེད་པར་སྟོགས་བཞིའི་དགེ་འདུན་གྲངས་ཆང་  
 བསྟུང་ཏེ་སྟོགས་སྒྲ་བ་པོ་ལ་སྒྲིབ་པའི་གནང་བ་སྒྲིབ་ནི་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་།  
 ཆོག་གི་འཐེན་ཅོད་ཙམ་ལ་ལེགས་ཉེས་ཆེན་པོ་མེད་པས་བག་ཆ་བཅི་ལ་མངའ་  
 སྟེ་འོན་ཀྱང་དེའི་ཕྱིར་སྟོགས་གྱི་དགེ་འདུན་བསྟུང་བ་སྟོགས་གྱི་ངལ་བའང་མ་  
 དགོས་སོ། །མ་སྒྲིབ་པར་རྩལ་བཞིན་སྒྲ་བ་ལ་ཐོཅས་སྒྲིབ་པའི་གནང་བ་སྒྲིབ་  
 པ་དེ་ཉིད་དོན་གྱིས་སྒྲིབ་པར་གནང་བ་རང་གིར་བྱས་སོང་དོ། །དེ་ལྟར་འདྲ་  
 བསྒྲིབ་དོར་གྱི་རྒྱན་ལྟ་བུར་མོས་པས་བརྟག་པར་བྱ་སྟེ། །ཞེས་སྟོགས་སྒྲིབ་པ་  
 བྱི་དེས་པར་བསྒྲིབ་དོར་གྱི་རྒྱན་ལྟ་བུར་བབ་ཅོལ་དུ་སོང་སྟེ། །པ་རོལ་ལ་

གྲགས་པའི་ཉོན་མོངས་སྟེང་པ་མེད་ཅེས་པ་ལ་སྟེང་འདི་ཞེས་བཀར་ཏེ་ཁྱོད་  
ཀྱིས་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་། ཀུན་མོངས་བཞིན་ཞེས་པ་རྩོལ་  
ལ་གྲགས་པའི་དབེ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། འདིར་པ་རྩོལ་པོས་མེད་ཟེར་རྒྱུའི་སྟེང་  
པ་ཞིག་བསྟན་ལ། འདི་ཞེས་ཉེ་ཆོག་གིས་ལྷས་དངས་པའི་སྟེང་པ། ཁོའི་  
འདོད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་པར་ཡང་བསྟན་པས། ལྷགས་གཉིས་  
གྱི་ཉོན་མོངས་སྤྲ་རགས་ལ་མཁས་དགོས་པ་དང་། བརྗོད་བྱ་གཙོ་པོ་ལ།  
དངོས་དང་ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཞན་སེལ་སྐབས་སོགས་ཀྱིས་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པ་འདི་ལ་གོ་རྒྱུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ན། སྟེང་འདི་ཞེས་བཀར་ཏེ་  
ཁྱོད་གྱི་འདོད་པ་ལྟར་མཛོན་པ་ནས་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་།  
པ་རྩོལ་ལ་གྲགས་པའི་དབེ་ཀུན་མོངས་ཡོད་པ་བཞིན་དུ། ངར་འཛོན་སྤྲ་མོས་  
དང་བའི་སྟེང་པ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་སྤར་བརྗོད་པ་དེ་ལས་ཁྱུང་པར་ཅི་ཡང་མེད་  
པའི་ཁ་བྲལ་འཇལ་བ་ཅུ་ཟད་ལ། ཡང་སྟེང་འདི་ཞེས་པའི་ཉེ་ཆོག་གིས་  
ལྷས་དངས་པའི་སྟེང་པ། ཕྱིར་ཕྱོད་པའི་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་  
ཡིན་པར་ཡང་བསྟན་པས་ཞེས་སྒྲིམ་པ་ཕྱིར་ཕྱོད་ཀྱི་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་  
མོངས་ཅན་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཟེར་བ་འདི་སྤར་མར་འདུག་  
པས་ཆོག་ཆད་པ་འདྲ་མིན་ན་དངོས་སུ་བསྟོན་དོར་གྱི་གདམ་ཡ་མཚན་པ་དངོས་  
སོ། སྤྱིར་བརྗོད་བྱ་ལ་གཙོ་པོ་ལ་དང་། ལྷའི་དངོས་དང་ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་  
རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྲ་བཞི་དང་། ལྷ་དང་དོན་གྱི་རྣམ་བཙད་ཀྱི་གཞན་སེལ་གྱི་རྣམ་



གཞག་ཁོང་དུ་ཆུད་ནས་འཆད་དགོས་པ་ནི་བདེན་ཀྱང་། སྐབས་འདི་ལ་གཙོ་  
ལམ་དང་། དངོས་དང་ཞེན་པ་གཞན་སེལ་གྱི་དབང་གིས་ཤན་ཐུང་རྒྱ་ཅི་  
ཡང་མེད་པས་དོན་མེད་ཁ་གཡམ་འབྲས་བུས་དབེན་པ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་ཏེ།  
ཆོག་རྒྱུད་ལ་བསྐྱར་བ། མཛོད་ལས། གཡོ་སྐྱ་ཆོངས་པས་འབྲིད་ཕྱིར་རོ། །  
ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ལྟར་སོང་ངོ་། །

ཡང་འདི་སྐད་དུ། ཡང་སྐྱས་དོན་སྤྲ་མ་དང་ཕྱི་མའི་དབེ་ཡང་བསྐྱས་ལ་འབྲེལ་  
བའང་སྤར་བྱངས་པ་ལྟར་ལ། གཞན་དུ་ན་སྤེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཏེ་  
ཞེས་པས་གྲུབ་པོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡང་དབེ་དོན་གཉིས་ཀ་ལ་གཉིས་རེ་འབྱེད་  
པར་འཕངས་སོ། །ཞེས་སྐབས་འདིར་རི་བཞིན་འཆད་དཀའ་བའི་གནོད་གིས་  
ཡང་སྐྱ་མང་པོ་འབྲུག་གི་བ་བཅེགས་པ་འདི་ཆོག་རྒྱན་གྱི་ཉམས་ལ་མཁམས་  
པའི་བྱད་ཆོས་འདྲ་ཡིན་ལས་ཆེ་ཞེ། གོ་རྒྱ་ནི་ཡོད་རྒྱ་མེད་རྒྱའི་ཉོན་མོངས་  
གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་སྤར་གྱི་དེ་ལས་ལྷག་པོ་ཅི་ཡང་མ་ཐོབ་ལ། དཔེ་ནི་ཡོད་  
པའི་དབེ་ཀྱན་མོངས་ལས། །མེད་པའི་དབེ་ཅི་ལྟར་འཕངས། །ཡང་སྤེད་  
པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཡོད་ན་ང་རྒྱལ་ལ་ཡང་དེ་ཡོད་པར་ཁས་ལེངས་  
གིག་ཅེས་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་སྤེད་པ་ཡོད་ན་ང་རྒྱལ་ཀྱང་ཡོད་དགོས་  
པའི་འཐད་པ་བསྟན་པར་རིགས་སོ། །འཕགས་པས། དང་པོ་བརྒྱད་པ་སོགས་  
ནས་རེ་ཞིག་བཞག་གོའི་བར་ལ་དབྱུད་དགོས་པ་ཆེར་མི་སྤང་ལ། རྒྱ་མིན་  
བོད་མིན་གྱི་ཤུ་ཅིའི་གདམས་ངག་ཅེས་པ་དང་། སྤར་སྟོན་པ་སུ་ཡིན་ཡང་

བརྟག་དགོས་པར་སྤང་ངོ་ཞེས་པ་ནམས་སྐབས་སུ་མཁོ་བའི་ཚིག་ཏུ་སྤང་ངོ་། །  
འདིར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པར་སྐབས་སྐབས་སུ། དེའི་ལྷོག་ཕྱོགས་རྒྱ་ལས་  
ཉོན་དང་འབྲས་སུ་སྐྱེ་སྟེ་འབྱུང་ཚུལ་དབྱེད་པ་འབྲེལ་བེར་གྱང་། དེ་འབྲེལ་  
བའི་ཕྱིར་སྤར་གཞུང་རྩ་བར་རྒྱས་པར་དབྱེད་བྱེན་ཏོ། །མོྟལ་གྱི་ལས་དེ་ལྟ་  
སུ་ལ་སྟེད་པའང་མི་དགོས་པས་ཁྱོད་ལྟར་ན་སྟེད་པ་མེད་གྱང་རུང་ཞེས་ལན་  
འདེབས་དགོས་པ་མ་ཡིན་གྱི། རྒྱ་ཚེ་དེའི་ལུས་འཕེན་བྱེད་གྱི་སྟེད་པས་སྤར་  
གསོས་བཏབ་པའི་ཉེན་དེ་ལ་རྩོགས་བྱེད་གྱི་ལས་སྒྲིན་པ་ཡང་སྤར་སྟེད་པས་  
གསོས་མ་བཏབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འགྱུར་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
རྩོགས་བྱེད་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་གྱང་ད་ལྟའི་སྟེད་པ་ཁོ་ནས་གསོ་བ་མིན་པས།  
སྟེད་པ་ནི་དུས་དང་ས་དང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་རྒྱ་ཚོལ་བ་ཞེས་སྟེད་  
པའི་རྒྱར་བཤད་པ་དང་། སྟེད་པའི་སྟེད་ལས་སོགས་གྱི་དོན་དང་། ལས་ནི་  
ཤུན་བཅས་འབྲས་དང་འབྲ། ཞེས་དང་། སྟེད་པས་གསོས་མ་བཏབ་ན་ལས་  
གྱིས་འབྲས་སུ་མི་འབྱེན་པར་གསུངས་ན་ཡང་། ཁྱེད་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ན། ལས་ལས་མོ་ཆེ་ཞིག་སྟེད་པས་གསོས་འདེབས་མི་དགོས་པར་ཐལ་བ་  
སོགས་དབྱེད་བྱ་མང་ཡང་བཞག་གོ། །

དེས་ན་སྟེད་པ་མེད་གྱང་རུང་ཞེས་ལན་གདབ་མི་རིགས་ལ། ད་ལྟའི་སྟེད་པ་  
མེད་གྱང་རུང་ཞེས་སྐར་ན་མི་རུང་བ་མེད་མོད་སྐར་དགོས་པའི་གལ་འགག་  
གང་ཡང་མི་སྤང་ངོ། །ཉོན་མོངས་མེད་གྱང་ལས་གྱི་རུས་པ་མཐོང་བར་བཤད་

པ་མོ་སྒྲུལ་གྱི་སྒྲུལ་སྒྲུལ་སྒྲུལ་ན་བདེ་ཡི། ཉོན་མོངས་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ལས་གྱི་  
 རྒྱས་པ་མཐོང་བ་ནི་གྲུབ་ཟིན་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་རོ། །  
 རྒྱ་མའི་ལན་དུ། རེ་ཞིག་ཅེས་དང་། ཡང་སྤྱིད་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤྱིད་པ་མེད་ཅེས་  
 བརྗོད་པ་འང་མོ་སྒྲུལ་གྱི་སྒྲུལ་སྒྲུལ་འབྱོར་གྱི། བྱེད་ལྟར་ན་བདག་མེད་སྤྱི་བ་  
 མཉོགས་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་པར་ནི། སྤྱིད་འདི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་  
 ཡང་ཞེས་པའི་སྐྱབས་སུ་བསྐྱབས་ཟིན་པས། དེ་ལྟར་བདག་འཛིན་སྤྱི་བ་མ་  
 སྤྱང་བར་བསྐྱབ་པ་ལ་ལན་འདེབས་པ་བཞུག་ནས། རེ་ཞིག་སྤྱིད་པ་ཉེར་ལེན་  
 གྱི་སྤྱིད་པ་མེད་ཅེས་ལན་འདེབས་མི་རིགས་ཏེ། འཁོར་སྤྱིད་པ་ཡོད་པར་  
 དབུ་མ་པས་སྐྱབ་བཞིན་པའི་སྐྱབས་སུ་རིགས་པའི་འཐད་པ་མ་བཀོད་པར།  
 ཡང་སྤྱིད་འཕེན་བྱེད་གྱི་སྤྱིད་པ་མེད་ཅེས་ཚིག་ཅུ་སྟོན་མི་རིགས་སོ། །  
 གྲུག་ཉོན་ཕྱོགས་གྱི་ཡན་ལག་བཤད་པའི་སྐྱབས་སུ་ཤེས་སྤྱིབ་ཕྱོགས་གྱི་ཡན་  
 ལག་གྲོ་བུར་དུ་བཤད་པ་སྐྱོདོན་གཉིས་ཀ་ལས་ཤིང་དུ་འབྱུངས་པའི་ངང་ཚུལ་  
 དུ་གསལ་ཞེས་པ་འང་བརྗོད་པ་ཅུ་ལས་བརྗོད་དོན་སྟོང་སྟེ། གྲུག་ཉོན་  
 ཕྱོགས་གྱི་ཡན་ལག་བཤད་ཟིན་ནས་ཤེས་སྤྱིབ་ཕྱོགས་གྱི་ཡན་ལག་བཤད་  
 པའི་སྐྱབས་སུ་བབས་པ་རིག་བྱེད་བདག་པོས་ཀྱང་བསྐྱོག་ཏུ་མེད་དེ། དེའི་  
 རྗེས་སུ་ངག་གང་མདོ་སྟེ་ལ་འཇུག་སོགས་བཤད་པ་ལྟར་སྤྱི་བ་བཤད་ནས་  
 སྤྱི་མ་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པ་དགག་པའི་བཅའ་བྲིམས་སྤྱི་བ་ཀྱང་མ་བཅས་  
 ཤིང་། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་གྲོལ་མཐར་ཐུག་ཐོབ་དགོས་པའི་

རིགས་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། དེ་ལྟར་སྟོང་བ་ཉིད་སྟོགས་ལ། སྟན་འབྱོན་  
པར་ནི་འཐད་མ་ཡིན། །ཞེས་སྟོགས་ཀྱིས་མཚམས་སྦྱར་ཏེ། སྟོང་ཉིད་རིགས་  
པས་བསྐྱབ་པ་ཤིན་ཏུ་འབྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །

སྒྲར་ཡང་། ཚུད་ཡིག་གཤོང་ལྡེ་སྒྲ་དབྱངས་སྒྲ་བྱིས་པ། ཡང་འབྲེལ་མེད་  
འདི་འདྲར་སྒྲས་ཏེ། སྟོང་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་འང་ཅི་སྟེ་མེད། དེའི་  
ཕྱིར་རྒྱ་ཀུན་སྟོངས་མི་ལྟོག་པས་དེའི་འབྲས་བུའི་ཆ་ཡང་མི་ལྟོག་སྟེ། འདི་  
ལྟར་ཆོར་བའི་རྟོན་གྱིས་སྟོང་བ་སྟེ་བ་ཡིན་ན། ཞེས་བྱིས་པའི་འང་སྒྲས་ཉོན་  
མོངས་ཅན་གྱི་སྟོང་བ་སྟུང་བར་སོང་སྟེ། ཉོན་མོངས་མིན་པ་ལ་འང་སྒྲ་སྦྱར་  
བའི་ཕྱིར། ཁྱོད་ཀྱི་རང་ལུགས་ངོས་ཟིན་ན་སྟོང་བ་འང་ཞེས་སྦྱར་ན་ཀུན་སྟོངས་  
བསྐྱས་པར་འགྱུར་པས་ཆོག་སྟེར་ལ་མཁས་ཉམས་ཅི་ཡང་མེད་པ་མཐའ་བུལ་  
སྟོང་ཆེན་གྱི་དབྱངས་སྒྲ་ཡལ་ལོ། །འདིར་བཤད་པའི་འབྲེལ་ལྟར་ན། སྟོང་  
བ་ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཀུན་སྟོངས་ཡོད། དེ་ལས་ཟག་མེད་ལས། དེ་ལས་ཆོར་  
བ། དེ་ལས་ཡང་སྟོང་བ་ཞེས་བསྐྱབ་པའི་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་སྟེ། ཡན་ལག་  
དང་པོ་སྟོགས་ཡོད་ཀྱང་བརྒྱད་པ་སྟོགས་ཡོད་པའི་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཀུན་སྟོངས་ཡོད་པའི་དཔེ། སྟོང་བ་ཡོད་པའི་དྲགས་དེས་བསྐྱབ་བྱང་བཤད་  
པ་ཤིན་ཏུ་ནོར་ཏེ། དཔེ་དང་བསྐྱབ་བྱ་གོ་སྟོན་ཏུ་སྦྱར་བའི་ཕྱིར། ཅུ་བར་  
ཀུན་སྟོངས་དཔེར་བཀོད་པ་ལྟར་ཁྱོད་རང་གིས་ཀྱང་གོང་དུ་བྱིས་པའི་ཕྱིར།  
རྒྱ་ཀུན་སྟོངས་དེའི་འབྲས་བུ་ཆོར་བ་བློར་ཁོང་། རྒྱ་ཆོགས་གངས་ཆང་བས་

བསྐྱབ་པ་ལྟར་ན། ཀུན་མྱོངས་རྟགས་ཀྱི་ཆར་སོང་བས་དཔེར་གསུངས་པ་དང་  
 འགལ་ལ། གང་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱུང་། དཔེར་ན་བྱས་པ་བཞིན་ཞེས་  
 འགོད་པར་ཐལ་ལོ། །དཔེ་ཀུན་མྱོངས་ཤེས་སྒྲིབ་ཕྱོགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་  
 བསམས་ནས། དཔེ་ཅན་སྟེད་པའང་དེ་བཞིན་བྱིད་མོད། དཔེ་དོན་དེ་ལྟར་  
 འདྲ་དགོས་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ། །བྱིད་རང་བར་ནས་དུམ་ཁུ་ཞིག་ཁ་ཐུལ་ཡང་།  
 ཁོ་པོ་ཅག་གིས་དཀྱུས་ཀྱི་ལམ་མ་བཏང་བར་གོང་འོག་གི་དམིགས་བཅས་དང་།  
 སྟོང་པ་ཉིད་དང་བྲལ་བ་དང་འགག་པ་སྤྲོད་པ་བློ་མས་ཁོག་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་  
 པ་ནི། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས། བྱིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ཡིས། །  
 གཟུགས་སོགས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། གཟུགས་ལ་དམིགས་  
 བས་འཇུག་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་སོགས། སྤྲོད་འགྱུར་དེ་ཡི་ངོ་པོ་རྟོགས་མེད་  
 ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་སྟེ། འདིར་དེ་ཉིད་རྣལ་ཏུ་བརྟོན་པར་  
 སྤྲོད་སྟེ། བྱིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཐོང་བས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པས་གོ་མི་ཆོད་པ་དང་།  
 གཟུགས་ཆོར་བདེན་པར་དམིགས་ནས་འཇུག་པས་སྤྲོད་ཡང་སྟེད་པ་འདོད་  
 ཆགས་འདྲེན་པ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་དོན་དམ་པའི་ངོ་པོ་ཉིད་རྟོགས་པ་  
 དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་དོན་འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་པར་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྒྲམ་པས་འདོད་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་ལྷོག་པ་  
 བྟེ། འདིར་འོག་ཏུ། གང་ཆོ་ཆོར་པོ་འགའ་མེད་ཅིང་། ཆོར་བའང་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་པ། དེ་ཆོ་གནས་སྐབས་འདི་མཐོང་ནས། བྱིད་པ་ཅི་ཕྱིར་ལྷོག་མི་

འབྱུང། །ཞེས་གསུངས་པས་ཤེས་ཤིང་དེ་ལྟར་ན་བརྟོད་པ་དོན་དང་ལྡན་པར།  
དགག་སྒྲུབ་སྒྲོལ་བ་ཀུན་ཚང་བ། །ཁྱོད་གསུང་ཐར་འདོད་ཡོངས་ཀྱི་གསོལ། །  
ཞེས་བསྟགས་པ་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཡབ་རྗེ་འཇམ་མགོན་སྤྱི་མཐོང་དགོངས་  
བཞེད་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་ལམ་སྒྲོལ་འདི་ཉིད་དངོས་སྟོབས་རིགས་པའི་རྩལ་  
གྱིས་ཚད་མར་གྱུར་པའི་ལུགས་མཚོག་ཏུ་ཡིད་ཆེས་པས་བྱངས་པའི་ཆེད་ཏུ་  
བརྟོད་པ་ནི། རབ་འབྱམས་རྒྱལ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་ཡོངས་རྫོགས་པས། །  
མཁྱེན་རབ་རལ་གྱི་འབར་བ་ཁྱོད་ལ་གཏད། །མ་ལུས་ཚེས་མཛོད་དུས་ཀྱི་  
ཡང་སྟེ། །རྒྱལ་ནུམས་ཉིང་འཛིན་བཞེངས་སྒྲུབ་རྟོགས་མ་གྱུར། །འོན་ཀྱང་  
ཚེས་ཟབ་གསང་པའི་སྒྲུ་འབྲུལ་ལས། །འཇམ་དབྱངས་གཞོན་ལུ་ཅུར་སྒྲིག་  
གར་གྱིས་ཅེན། །རྒྱལ་གསང་དཔལ་པོ་རུལ་གྱི་གངས་སྟེད་ཀྱང་། །ཡ་མཚན་  
འབྲུལ་ལ་རིངས་པས་ལྷགས་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་བརྟོད་  
པའི་དབྱངས་ཀྱི་མཚོད་སྒྲིན་གྱི་མེ་རྟོག་གི་སྤྱི་རེ་ཀུན་ཏུ་བྱས་པའོ། །ཞེས་རྟོད་  
པར་བྱེད་དོ། །

ལན་བརྟོད་པ། །སྤྱིར་རྟོག་ལྡན་དོགས་པ་སྒྲེ་ལུས་ཀྱི་བརྒྱལ་བ་ཟབ་མོ་ཡིན་  
ན་ལན་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་གསལ་པོར་སྟོན་རིགས་ཀྱི། །སྐབས་ཀྱི་བརྟོད་པ་འདི་  
འདྲའི་རིགས་ལ་ལན་གྱི་ངལ་བ་མ་དགོས་མོད། །གོང་ལོག་གི་སྐབས་ནུམས་  
དང་མཚུངས་པར་མདོ་ཅམ་བརྟོད་ན། །སྟེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའང་  
ཞེས་པའི་འང་སྒྲུས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྟེད་པ་བསྐྱས་པར་སོང་སྟེ་ཉོན་མོངས་

ཅན་མིན་པ་ལའང་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ནི། ཚིག་གི་དུམ་བུ་འབྲེད་བཟུང་  
གོ་ལོག་སྟེ། འང་སྒྲུབ་ཅི་ཞིག་སྤྱད་ཚིག་གོགས་ལ་སྟོན་ཏེ་ཤེས་དགོས་པ་ས་  
ན། རྒྱ་ཀར། དཔེར་ན་ཀུན་མོངས་ཏེ་ཡུལ་དུས་ནམ་པ་བསྐལ་པའི་དངོས་  
པོ་མི་ཤེས་པའི་མོངས་པ་ཡོད་པར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་སྟེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་  
མིན་པའང་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་སྒྱུར་འདུག་པ་ས་ན། བཤད་མ་ཐག་པའི་ཚིག་  
གོགས་ཀུན་མོངས་ཉིད་བསྟུས་པར་གོ་ཡི་ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་མི་གོ་སྟེ། ཉོན་  
མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཡོད་པར་བསྒྲུབ་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་དང་། ཀུན་མོངས་  
ཡོད་པར་པ་རོལ་བོས་ཁས་ལེན་པ་དང་སྟེ་ལ་ནས་སྟོན་པའི་སྐབས་ཀྱིས་གོ་  
བདེའི་ཕྱིར། ཟློད་ཀྱིས་རང་ལུགས་ངོས་ཟིན་ན་སྟེད་པའང་ཞེས་སྒྱུར་ན་ཀུན་  
མོངས་བསྟུས་པར་གོ་དུང་ངོ་ཞེས་ཟེར་བ་ཚིག་སྒྱུར་ལ་མ་ཁས་སོ་སྟམ་དུ་སྟོམ་  
ཡང་མ་མཁས་པའི་རྟགས་སུ་སོང་སྟེ། ཀུན་མོངས་ཡོད་པ་བྱུང་ཟིན་པ་བཞིན།  
སྟེད་པའང་ཞེས་སྒྱུར་ན་སྟེད་པ་བྱུང་ཟིན་ཏུ་བུར་བྱས་ནས། དེ་ཉོན་མོངས་  
ཅན་དུ་བསྒྲུབ་པ་ཅམ་ཞིག་གི་དོན་དུ་སོང་བས་བརྗོད་ཚུལ་མི་ལེགས་ལ། སྟེད་  
པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའང་ཞེས་བརྗོད་ན། ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ས་  
ཟློད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྟེད་པ་བསྒྲུབ་བྱར་འགོ་བས་གོ་ཐོབ་བདེ་མི་བདེ་ཡོད་  
པ་ས་དེ་ལྟར་སྒྱུར་བ་ལེགས་ཏེ། བསྟུ་བྱ་ཀུན་མོངས་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་  
དང་། སྤྱད་ཟློས་སྟེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་ཡིན་པ་ས། སྟེད་པ་དང་ཉོན་  
མོངས་ཅན་མིན་པ་ས་ཟློད་གཞི་ཟློད་ཚེས་གཞི་གཅིག་པའི་དོན་ལའང་སྒྲུ་མི་

སྐྱུང་བར་བྱང་གཞི་བྱང་ཆོས་ཁ་ཕྱལ་ཏེ་བར་དུ་འང་སྐྱུང་འཛུང་དགོས་པའི་སྡེ་བ་  
སྐྱུང་མཁུམ་ཉམས་དེ་འདྲ་བརྟན་ཀྱང་ངོ་མཚར་ཅི་ཡང་མི་སྣང་ངོ་། །ཡིན་པ་  
དང་མིན་པ་སོགས་གང་གི་མཐར་སྐྱུང་སྐྱུང་ཆོད་ཀྱིས་ཅིག་གོས་སྐྱུང་དགོས་  
ན་ཏེ་ཅང་ཐལ་ཏེ། དཔེར་ན་གཙོ་བོ་རྟག་པ་ཡིན་པ་མེད་པ་བཞིན། སྐྱུང་ག་  
པ་ཡིན་པ་འང་མེད་ཅིས་བརྗོད་ན། བྱིད་ལྟར་ན་སྐྱུང་མི་རྟག་པ་ཡང་མེད་ཅིས་  
སྐྱུང་དགོས་པས་དེ་འདྲའི་ཆོག་སྐྱུང་མཁུམ་ཉམས་དེ་ཁོང་དུ་སྐྱས་ནས་དག་  
ཏུ་མ་བཏོན་ན་ལེགས་སོ། །ཡང་འདིར། བཤད་པའི་འབྲེལ་ལྟར་ན་ཞེས་  
སོགས་སྐྱོས་པ་ནི། འབྲེལ་ཞེས་པ་ཅི་ལ་བསམས་ནས་ཟེར། ཟེད་འདི་ཞེས་  
དང་བོར་སྐྱོས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི་དེ་ཡོད་པས་ཀུན་རྫོངས་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་སོགས་  
བྱིད་རང་གིས་རྟོགས་བཞེས་སྐྱུང་བ་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་དག་ལས་འདིར་གཞུང་  
ཅུ་བའི་ཆོག་གི་གོ་རིམ་གྱི་འབྲེལ་ལྟར་བཤད་པ་ལས་བྱིད་ཀྱི་བརྗོད་པ་འདི་  
ལྟར་བཤད་པ་བྱུང་བྱང་ཀྱང་མི་སྣང་ལ། ཀུན་རྫོངས་ཡོད་ན། དེས་ཟག་མེད་  
ཀྱི་ལས་འདུ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཟེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པ་དམིགས་ཀྱིས་  
བཀར་ནས་བརྟན་པ་དང་། དེའི་རྒྱ་ཚོར་བ་ཡིན་པར་གཞུང་ཅུ་བས་བཤད་  
ཀྱི། གཞན་སྐུས་གསར་དུ་འབྲེལ་བ་སྒྲིགས་པ་མ་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་དང་  
བོ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་བརྒྱད་པ་སོགས་ཡོད་པའི་ངེས་པ་ཡོད་མེད་སྐྱིར་དབྱུང་  
མ་དགོས་ཏེ། ཀུན་རྫོངས་ཡོད་པ་དང་། ཆོར་བ་ཡོད་པ་དང་། ཟེད་པ་ཡོད་  
པར་གྲུབ་པ་འདིས་སྐྱབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་འབྲུབ་པ་ལ་གོགས་སྐྱུང་བ་ཅི་ཡང་



མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གྲུག་མྱོངས་ཡོད་པའི་དཔེ། ཟེད་པ་ཡོད་པའི་རྟགས་དེས་  
བསྐྱབ་བྱར་བཤད་པ་ཤིན་ཏུ་ཚོར་ཟེར་ཡང་། གྲུག་མྱོངས་དཔེར་བྱས་ནས།  
ཚོར་པའི་རྟགས་ཀྱིས་ཟེད་པ་བསྐྱབ་པར་བྱས་ཀྱི། དཔེ་དང་བསྐྱབ་བྱ་གོ་  
ཚྲོག་ཏུ་སྦྱར་བ་མེད་ཀྱང་། འདི་སྐབས་འབྲེལ་མེད་ཅེས་བརྗོད་པའི་འཁོན་  
འཛིན་གྱི་རྒྱས་ཆོག་ལུས་ལ་བརྟགས་ནས་འབྲེལ་མེད་ཅེས་པའི་གྲུག་ཀ་ཞིག་  
བརྗོད་རྒྱ་ཆོལ་པའི་བསམ་པ་དྲག་པོས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཅའ་ཀྱང་ཐུགས་  
ཆོམ་དེས་ཞིག་མ་རྟེན་ནས་འོ་བརྒྱལ་བྱུང་བས་དགོངས་པ་རྩེད་ཞིག་འབྲུགས་  
པར་སྣང་སྟེ་བདེན་མེད་གྱི་དབྱིངས་སྤྱད་པ་བསོ་བར་ཁུལ། །

ཡང་རྒྱ་གྲུག་མྱོངས་ཀྱི་འབྲས་སུ་ཚོར་བ་ཞེས་རྒྱ་ཆོག་གས་ཀྱངས་ཚང་བས་སྦྱབ་  
པ་ལྟར་ན། གྲུག་མྱོངས་རྟགས་ཀྱི་ཆར་སོང་བས་དཔེར་གསུང་བ་དང་འགལ་  
ལ། གང་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་བྱབ། དཔེར་ན་བྱས་པ་བཞིན་ཞེས་འགོད་པར་  
ཐལ་ལོ་ཟེར་བ། དོན་གྱིས་གྲུག་མྱོངས་ཡོད་པའི་དབང་གིས་ཚོར་བ་དང་ཟེད་  
པ་བྱུང་བ་ཡིན་མོད་ཀྱི། གཞུང་ཙུ་བར་གྲུག་མྱོངས་དཔེར་བྱས་པ་ལ་ལོ་ལོ་  
ལ་སྤྱབ་ཟེན་གྱིས་དབང་གིས་ཡིན་ལ། གྲུག་མྱོངས་ཡོད་ན་དེའི་འབྲས་སུ་  
ཆ་ཡང་རིམ་པས་འབྱུང་པའི་ཕྱིར། སྦྱོར་བ་སྦྱོར་གཅིག་གི་དཔེར་བྱས་པ་དེ་  
སྐབས་དེའི་བསྐྱབ་བྱར་མི་བྱེད་ཀྱི། སྦྱོར་བ་གཞན་དང་གཞན་ཏུ་སྦྱར་  
དཔེར་བཀོད་ན་བྱིས་བསྐྱབ་བྱར་མི་རུང་པའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནི་སྟོན་པས་ཀྱང་  
མ་མཛད་ལ། ཚངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ཀྱང་བྱ་བར་མི་ལུས་སོ། ། དཔེར་

ན་གང་བྱས་ན་མི་རྟག་པས་ཁྱབ། དཔེར་ན་མར་མེ་བཞིན་སྒྲ་ཡང་བྱས་སོ་  
ཞེས་པའི་སྐབས་ན་དཔེ་མར་མེ་ལ་བྱས་ཀྱང་། གཞན་དུ། གང་བྱས་ན་མི་  
རྟག་པས་ཁྱབ། དཔེར་ན་སྒྲ་བཞིན། མར་མེ་ཡང་བྱས་སོ་ཞེས་བཀོད་པ་བཞིན་  
ནོ། །ཡང་དཔེ་ཀུན་མོངས་བཞིན་དུ་དཔེ་ཅན་སྟེང་པ་འང་ཤེས་སྒྲིབ་ཕྱགས་  
ཀྱིས་བསྐྱས་ཏེ། དཔེ་དཔེ་ཅན་དེ་ལྟར་འདྲ་དགོས་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ་ཞེས་ཟེར་  
བཞི། དཔེ་དཔེ་ཅན་སྟོ་ཐམས་ཅད་ནས་འདྲ་དགོས་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་མོད། དཔེར་  
བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་འདྲ་ཆོས་མེད་ན་དཔེར་བྱེད་པ་དོན་མེད་པས་འདྲ་དགོས་  
པ་འང་ཡོད་དེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་བརྗོད་བྱ་གཙོ་ལས་དང་དཔེ་དོན་གཉིས་ཀར་  
གཉིས་རེ་འབྱེད་དགོས་པ་སོགས་བཤད་པ་ལྟར་སྟོ་དོག་པའི་ཁྱུ་ཚུགས་ཁོ་ནས་  
དགག་སྒྲུབ་གནད་ཆེན་མི་རུས་ཏེ་ཡིག་ཆོགས་མང་པའི་ངལ་བ་ཅམ་མོ། །  
འདི་སྐབས་ལྟ་གཞི་ཆོད་དགོས་མེད་ཀྱི་ངག་འདི་འདྲ་བ་ཐར་ལ་བསྐྱོར་ན་ཡང་  
མཚུངས་པ་དུ་མ་འདུག་ཀྱང་དོན་ཚུང་བས་མ་སྒྲོས་སོ། །ཡང་ཁྱེད་རང་བར་  
ནས་དུ་མ་ཆོད་དུ་འཆད་ལ། ཁོ་བོ་ཅག་དཀྱུས་ལམ་མ་བཏང་བར་འབྲེལ་  
བསྒྲིགས་ནས་འཆད་པ། ལྷ་བས། ཁྱོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་  
ཡིས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་དོན་ཡིན་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་  
བདེན་པ་མཐོང་བས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པའི་གོ་མི་ཆོད་པ་དང་། གཟུགས་ཆོར་  
ལ་བདེན་པར་དམིགས་ནས་འཇུག་པས་སྤར་ཡང་སྟེང་པ་འདོད་ཆགས་འདྲེན་  
པ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་དོན་དམ་པ་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་

ལའོར་གསུམ་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པས་ཉོན་མོངས་  
 ལྷོག་པ་ནི། འོག་ཏུ། གང་ཆོ་ཆོར་པོ་འགའ་མེད་ཅིང་སོགས་ཆོགས་བཅད་  
 གསུངས་པས་ཤེས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ན། བསྟོད་པ་དོན་དང་ལྡན་པར་སོགས་  
 བས་བསྐྱགས་པའི་བླ་ཤེས་བྲེས་པའི་བར་དུ་བརྟུང་པ་ནི། བྱེད་ཅག་གིས་  
 དཀྱུས་ལམ་མ་བཟང་བ་ཡིན་ནམ། ཤེར་ལའི་ཆོགས་བཅད་འདི་སྐབས་ཉོན་  
 རང་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པར་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཁུངས་སྤྱི་ཆེ་བས་རང་ལུགས་  
 གྱི་ཁས་བླངས་ལ་གཞོད་དོགས་པས་དོན་གཞན་དུ་འབྲེན་པའི་འཆད་ཚུལ་  
 གསར་བ་ཞིག་མཛད་པ་གང་ཡིན་རུང་ཡིན་དུ་ཚུགས། རྒྱ་རབས་པའི་རྗེས་  
 འབྲངས་བདག་ཅག་གིས་ནི་མདོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་བདེན་པ་མཐོང་  
 པའི་རང་ལམ་གྱི་དེ་ཉིད་རྟོགས་པས་གོ་ཆོད་པར་སྒྲུབ་ལ། བྱེད་ཅག་གིས་  
 མི་ཆོད་པར་བསྒྲུབ་ལ། བདག་ཅག་གིས་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པར་རྟོགས་པ་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་རྟོགས་རིགས་ཐུན་མོང་མིན་པར་སྒྲུབ། བྱེད་ཅག་གིས་རྟོགས་  
 པར་རྟོགས་ཀྱང་ཉོན་རང་དང་ཐུན་མོང་པའི་ལམ་དུ་སྒྲུབ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ལྷ་མོ་རྟོགས་ཟིན་གོམས་པ་མཐར་ཐུན་པའི་དུས་ན།  
 གཟུགས་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་ཆགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་མོད། བདག་མེད་  
 རགས་པ་ཅམ་རྟོགས་པ་གོམས་ཀྱང་གཟུགས་སོགས་བདེན་པར་དམིགས་  
 བས་ཆགས་པ་སྐྱེ་བར་འདོད་ལ། ལའོར་གསུམ་མི་དམིགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 དང་ལྡན་ན་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་འང་ལྷོག་ན་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་རྣམས་

ལྷོག་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་ཏེ། སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀའི་གཉེན་པོར་གཞུང་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་འདོད་དོ། །བསྟོད་པ་དོན་ལྡན་ལྟར་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ལ་  
 བསྐྱགས་པ་ནི། བསྐྱགས་ཡུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་བ་ལ་རྗེས་འབྲུག་རྣམས་གྱིས་  
 བསྐྱགས་པ་ཡ་རབས་དམ་པའི་ཚུལ་ཡོན་པས་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་པ་ལས་ཅི་  
 ཡོད། འདི་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་ཤུགས་གྱིས་དད་པས་བསྐྱགས་པ་དང་། བུམས་པ་  
 ཟོལ་མེད་གྱིས་གཞན་ལ་བསྐྱབ་ཆིག་བདུད་ཅིའི་བསང་གཏོར་སྟུང་དག་གི་  
 ཐུང་བར་སྒེལ་བ་ནི་ལེགས་ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཆིགས་བཅད་དུ། རྒྱལ་རྣམས་  
 ཏིང་འཛིན་བཞེངས་སྟུང་ཉྐྱགས་མ་གྱུར། འོན་ཀྱང་ཞེས་པ་འདི་སྤར་གྱི་ཅམ་  
 སྒྲ་དང་ཡང་སྒྲ་ལ་ཉིད་གྱིས་དབྱུད་པ་ལྟར་བུས་ན་ཆིག་ཅུང་མི་བདེ་ཡང་དེ་  
 འདྲའི་དབྱུད་པས་ཅི་བྱ་སྟུང་མོ། །

ཡང་ཙོད་ཡིག་ཏུ། གཉིས་པ་བདེན་གཉིས་དང་འབྲེལ་པའི་ཚུལ་ལ། རྒྱན་ལས།  
 རབ་ཏུ་སྒྲ་རྣམས་བརྒྱད་མར་ཆོལ། ཞེས་དང་། བཀའ་སྒྲུབ་ཏུ། འདི་ལ་  
 གལ་ཏེ་མོས་མེད་བྱུབ་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འཇགས་པས་ཀྱང་།  
 ཟབ་མོ་འཁུ་འཕྲིག་ཅན་འཛིགས་པ། ཞེས་པ་ལྟར་དོན་ལ་གནས་པས། རི་  
 སྐད་དུ། སྟོན་དུས་འབྲུལ་པའི་ནགས་འབྲམས་སུ་དེ་ཤིང་དག མཁས་གྲུབ་  
 གྲུ་དབང་བྱེ་བའི་མཁུན་རབ་གྱི། སྟོང་ཐུག་ཉི་མ་འབར་བས་བསྐྱེག་པའི་  
 ཐལ། ལྷོག་སྟེ་སྟེང་པོ་ལོན་ལ་སྒོངས་པ་བྲེལ། དེ་བྱིར་ལུང་རིགས་མི་བཟད་  
 དག་སྐྱགས་གྱིས། སྒྲིབ་སྒྲས་དྲགས་པའི་ཐོད་པ་དུལ་བ་དང་། ལྷོན་ཅིག་

དམ་བཅས་བཅུད་ཀྱང་ཡལ་བ་ཡིས། རྟེན་ཐོབ་དམ་བ་སྦྱིན་ལ་དང་འདིར་  
བརྩོན། །འདིར་སྦྱོགས་སྤྲོ་བ་ཀོན་པ་དང་། དེ་དག་གི་པོ། །དང་པོ་ནི་ལྷ་  
ཀར། བདེན་མེད་ནི་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ཅམ་དང་། མཐའ་ཀྱན་དང་  
བྲལ་བའི་སྟོང་ཉིད་ནི་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་ཉིད་ཡིན་ལ། རང་  
རྒྱུད་པའི་གཞུང་དུ་སྤྲོ་མ་དང་། ཐལ་འགྱུར་བའི་གཞུང་དུ་སྦྱི་མ་ཉིད་རྩ་ལ་དུ་  
བརྟོན་ནས་བཤད་ལ། དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་  
ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་མཐའ་ཀྱན་དང་བྲལ་བས་སྒྲོ་ཡི་སྦྱོད་ཡུལ་མིན་ཏེ། སྒྲོ་  
དང་སྦྱོ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་པ་མ་ཡིན་པའི་སྦྱིར་དོ། །ཞེས་སྒྲོས་སོ། །  
གཉིས་པ་ནི། འདི་ལྟར་བདེན་སྟོང་དང་བདག་མེད་པ་ལས་ལྷག་པའི་གནས་  
ལུགས་མཐར་ཐུག་དོན་དམ་པ་ནི་མེད་དེ། འཁོར་པའི་རྩ་བ་མཐར་ཐུག་བདེན་  
འཛིན་ལས་གཞན་དུ་མེད་ཅིང་། དེ་སྟོང་བའི་གཉེན་པོ་མཐར་ཐུག་པ་བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཡིན་པར་མདོ་སྤགས་ཀྱན་མཐུན་པའི་སྦྱིར་ཏེ།  
ཤར་མདོ་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་དཔུ་མ་རིགས་པའི་ཚོགས་རྣམས་སུ་རང་  
བཞིན་མེད་པ་ཉིད་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་ཅིང་། རྒྱུད་སྤྲོ་ཡོག་མ་གསུམ་དུ་འང་མཚན་  
མེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་མཚོག་ཏུ་གསུངས་ལ། རྣལ་འབྱོར་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་རྒྱུད་  
དུ་འང་འདུས་པའི་སེམས་ལེར་རིགས་ཀྱི་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལེའུ་དགུ་པ་སོགས་དང་།  
བདེ་མཚོག་གི་རྒྱུད་དུ་འང་། རྒྱ་སོགས་སྟོང་པ་སྟོན་འགྲོ་བ་ཞེས་སོགས་དང་།

རྟོག་པ་བཞི་པར། ཚེས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པའི་དོ་བོར་བྱས་ནས། ཞེས་  
གསུངས་པ་ནམས་ལ་བསྟོན་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁྱེད་ཀྱིས་ཡུལ་ལ་བདག་མེད་  
མཐོང་ན་ནི། །ཞེས་དངས་ནས་ཡུལ་སྟོང་པར་མཐོང་བ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་  
ཅུང་ནས་ལྟོག་ཐབས་མི་སྲིད་དེ། ཞེས་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོན་པའི་སྐབས་  
སྤྱ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དགག་པ་མེད་པར་དགག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། མ་ཡིན་  
པར་བཀག་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་ན་དངོས་པོར་ཞེན་པས། ཞེས་སྤྱོདས་སྒྲ་  
ཕྱིར་བཞེས་ཤིང་བཤད་དེ་གང་སྐྱུས་པ་ཐམས་ཅད་དེ་འདྲ་བ་སྟག་སྟེ། ཁྱེ་ཀར།  
དེ་ལས་སྒྲར་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་དུ་མི་བཞེད་  
དེ། ཞེས་བཤད་ནས། དེའི་ཤེས་ཕྱིད་དུ་དབུ་མ་རྒྱན་ལས། སྟེ་ལ་སོགས་པ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། སྟེ་བ་མེད་ལ་སོགས་མི་སྲིད། ཅེས་པའི་གཞུང་དངས་པས་  
ལུང་དེའི་སོགས་སྒྲ་གཉིས་ཀྱིས་མཐའ་བཞི་བྲལ་བ་མི་སྟོན་ན་ཅི་ཞིག་སྟོན།  
སྟོན་ན་རང་རྒྱུད་པའི་གཞུང་དུ་དོན་དམ་སྒྲ་མ་ཉིད་སྟོན་ཟེར་བ་སྟན་ཕྱུང་བའི་  
ཕྱིར། དེ་ལྟར་ན་ཁྱེད་ཅག་གིས་བདག་མེད་པར་བརྟུང་ན་མེད་མཐའ་དང་།  
ཡོད་པར་བརྟུང་ན་ཡོད་མཐར་ལྟར་བར་བཤད་པས་དེ་ལྟར་ན་གཉིས་ཀ་མིན་  
པར་བརྟུང་ན་གཉིས་མིན་གྱི་མཐར་ལྟར་བའི་ཕྱིར། དེའི་ཕྱིར་གང་དུ་འང་  
འཛིན་པ་མེད་པས་རྟ་ཤང་མ་རྒྱལ་ནའི་རྗེས་སུ་སོང་བ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་དེ། ལྷ་མ་  
ལུས་པ་བགོ་སྐལ་དུ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ལེ་ལན་བདའ་བའང་མེད་དོ། །ཤེར་  
འབྱུང་གིས་ཀྱང་། དེ་ལྟ་ན་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དངོས་པོ་ནམས་ཀྱི་གཏུག་

མ་ཡིན་ཏེ། རོན་དམ་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
སོགས་ཀྱི་ཆེད་གསུངས་སོ། །ཞེས་བརྒྱལ་བར་བྱེད་དོ། །འདི་ལ་ལན་བརྗོད་  
པ། མངོན་རྟོགས་རྒྱལ་ལས། འདི་ཡི་དམིགས་པ་དངོས་མེད་དེ། །བདག་པོ་  
དཔལ་ཡིན་པར་བཞེད། །རྣམ་པ་ཞི་ཉིད་འདི་ལ་ནི། །རབ་ཏུ་སྒྲུབ་མས་བརྒྱད་  
མར་ཤོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲོས་པ་ཉི་བར་ཞི་བའི་རང་བཞིན་ཅན་  
གྱི་བར་ཆད་མེད་ཅེའི་དམིགས་རྣམ་ལ་ཅོད་པ་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་དག་བདེན་  
གཉིས་ཟུང་འཇུག་སྒྲོས་བྲལ་མ་རྟོགས་པའི་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་ཤོལ་བས་  
ཅོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ན་འདུས་བྱས་འདུས་  
མ་བྱས་གྱི་དམིགས་པ་མི་འཐད་དོ་སྟུམ་པ་དང་། སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ངེས་  
པར་བཟུང་ན་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་རྣམ་པ་མི་འཐད་ལ། མ་བཟུང་ན་སྒྲོས་བྲལ་དུ་  
ཡང་མི་འཛིན་པ་སོགས་དང་། ཐུབ་པའི་མངོན་རྟོགས་མི་འཐད་དེ་དངོས་  
དངོས་མེད་གྱི་ངོ་བོར་རྟོག་པ་བཀག་བས་དེ་ལས་གཞན་རྟོགས་སྒྲུབ་མེད་སྟུམ་  
པ་སོགས་ཡིན་པ་ཀྱང་འགྲེལ་ཐམས་ཅད་ན་གསལ་བ་དེ་ལྟར་འདིར་ཡང་ཁྱོད་  
གྱིས་སྒྲུས་པ་སྐབས་སུ་བབས་སོ། །

མདོ་རྒྱལ་བཀའ་སྒྲུབ་ཏུ། རྟོག་གེ་རྟེན་ཅིང་མ་ངེས་ལ། །མ་ཁྱབ་ཀྱིན་རྫོབ་  
སྒྲོ་བ་ཅན། །བྱིས་པ་ལ་ནི་རྟེན་པར་འདོད། །དེ་སྤྱིར་དེ་ནི་དེ་ཡུལ་མིན། །  
ཞེས་དང་། ཀྱི་ཆེའི་སྤྱིར་དང་ཟབ་པའི་སྤྱིར། །ཡོངས་སུ་སྤྱིན་དང་རྣམ་མི་  
རྟོག། དེ་སྤྱིར་འདི་ལས་གཉིས་བསྟན་ཏེ། །དེ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཐབས། །

འགོ་བ་དེའི་གནས་མིན་ལ་སྐྱག་པས་གདུང་བྱེད་འབྱུང་། །བསོད་ནམས་མ་  
ཡིན་ཡུང་ཆེན་བསམགས་བྱས་ཡུན་རིང་དུ། །རིགས་མེད་གོགས་ངན་སྣོན་དགོ་  
མ་བསམགས་སྒོ་མ་སྒྱུང་། །ཆོས་འདིས་སྐྱག་འབྱུང་འདི་ན་དོན་ཆེན་འདི་ལས་  
ལྷུང་། །དེ་ལས་གཞན་དང་གཞན་མེད་ཤིན་ཏུ་ཟབ་ཅིང་རྗེས་སོང་བྱིང་། །སྣ་  
ཆོགས་སྣོན་ཅིང་མང་པོའི་སྒོ་ནས་ཉག་ཏུ་སྣོན་དང་ལྷན། །རི་སྐད་བཤད་  
བཞིན་དོན་མིན་བཅོམ་ལྷན་དགོངས་པ་ཤིན་ཏུ་ཟབ། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཚུལ་བཞིན་བརྟགས་ན་ཆོས་འདིས་སྐྱག་མི་འབྱུང་། །འདི་ན་དང་པོར་ཐོས་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འབྱུང་། །ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་ལས་ཡང་  
དག་དོན་ཡུལ་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་། །དེ་ལས་ཆོས་ཐོབ་དེ་ཡོད་དེ་ལས་སྒོ་གོས་  
རབ་ཏུ་སྒྲེ། །གང་ཆེ་དེ་ནི་སོ་སོ་རང་རིག་མེད་ན་རི་ལྟར་ངེས། །བདག་གིས་  
མི་ཤེས་སངས་རྒྱས་ཟབ་མོ་མཁྱེན་མ་ཡིན། །ཟབ་མོ་ཅི་ཡི་བྱིར་ན་རྟོག་གའི་  
ཡུལ་མ་ཡིན། །ཅིའི་བྱིར་ཟབ་མོའི་དོན་རིག་བ་དག་ཐར་འབྱུང་ཞེས། །བྱ་  
བ་དེ་ནི་སྐྱག་པའི་གནས་སུ་རིགས་མ་ཡིན། །དམན་པར་མོས་ཤིང་ཁམས་  
ཀྱང་ཤིན་ཏུ་དམན། །གོགས་པོ་དམན་པ་དག་གིས་ཡོངས་བསྐྱོར་བ། །ཟབ་  
ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ཆོས། །འདི་ལ་གལ་ཏེ་མོས་མེད་གྲུབ་པ་  
ཡིན། །ཐོས་རྗེས་འབྲངས་ཏེ་སྒོ་ལྷན་ཐོབ་ནས་ནི། །གང་ཞིག་ཐོས་ལ་རབ་  
ཏུ་བརྟན་བྱེད་པ། །རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་ལུས་ལ། །ཁྱོངས་པ་གང་  
གི་བྱིར་ན་ངེས་པར་བྱེད། །དོན་སྣ་རི་བཞིན་ཡོངས་རྟོག་ན། །བདག་ཉིད་



སྟོམས་ཤིང་སློ་ཉམས་འགྱུར། །ལེགས་པར་གསུངས་པ་འང་སྤངས་པས་ན། །  
 བསྐྱུག་འགྱུར་ཆོས་ལ་ཁོང་ཁྱོས་སྒྲིབ། །ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པ་རང་བཞིན་གཏུག་པ་  
 རྟེ། །མི་རིགས་པ་ཡི་གཟུགས་ལ་འང་མི་རིགས་ན། །ཐེ་ཆོམ་ཟ་བའི་ཆོས་ལ་  
 སྟོས་ཅི་དགོས། །དེ་ཕྱིར་བཏང་སྟོམས་བཞག་ལེགས་ཉེས་པ་མེད། །ཅེས་  
 རྒྱལ་ཚབ་ས་བཅུའི་དབང་ལྷག་གི་གསུང་འདི་ནི་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 སྟོང་གི་བདུད་རྩིར་འཛིན་དགོས་པའི་གལ་པོ་ཆེ་སྟེ། སྟོང་པ་ཉིད་ལྟ་བུའི་སྟོས་  
 པ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པའི་ཆེད་དུ་བསྟན་པ་ལ། བདག་མེད་དང་བདེན་སྟོང་  
 ཞེས་པ་རང་ཉིད་ལ་སྒྲུ་འི་བཞིན་དུ་མཆོན་མར་བཟུང་ནས། བདག་ཉིད་སྟོམས་  
 ཤིང་སློ་ཉམས་སོགས་ཇི་སྟངས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནས་བཤད་  
 པའི་སྟོས་པ་ཉི་ལྔ་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ་སྒྱུར་འདེབས་ཀྱིས་ཆོས་སྤང་གི་ལས་  
 གསོག་པ་དག་མང་པའི་སྐབས་སུ་གོང་དུ་ཇི་སྟངས་བསྟན་པ་ལྟར་བསམ་པར་  
 བྱ་བའི་རིགས་སོ། །འཕགས་པས་ཀྱང་། ཟབ་མོ་འཁྱུ་འཕྲིག་ཅན་འཇིགས་  
 པ། །ཞེས་དང་། ཅུ་ཤེས་སུ། དེ་ཕྱིར་ཞན་པས་ཆོས་འདི་ཡི། །གཏིང་ཉོགས་  
 དཀའ་བར་མཁྱེན་གྱུར་ནས། །ཐུབ་པའི་ཐུགས་ནི་ཆོས་བསྟན་ལས། །རབ་  
 ཏུ་ལོག་པར་གྱུར་པ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་ན། བྱིད་  
 ཀྱིས་ལུང་འདི་ནུམས་སྐབས་སུ་བབ་པར་བྱངས་ཤིང་། སྟོན་དུས་འབྱུལ་བའི་  
 བགས་འབྱུམས་སོགས་ཆོགས་བཅད་སྒྲིས་པ་འང་ལེགས་སོ། །བྱིད་ཀྱི་བདག་  
 མེད་དང་བདེན་སྟོང་ལས་ལྷག་པའི་གནས་ལུགས་མེད་དེ། འཁོར་ཅུ་མཐར་

ཐུག་བདག་འཛིན་ལས་གཞན་མེད་ཅིང་། དེའི་གཉེན་པོ་མཐར་ཐུག་བདག་  
 མེད་ཉོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཡིན་པར་མདོ་སྔགས་ཀུན་དགོངས་པ་མཐུན་  
 ཞེས་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ཀྱང་འདོད་དེ། ཡུལ་ལ་བདག་མེད་  
 མཐོང་ན་ནི། སོགས་ཀྱི་ཡུང་བཞིན་བདེན་ཞེན་གྱི་དམིགས་པ་དྲུངས་ནས་  
 འབྱེན་པ་ལ་མེད་པར་བཀག་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྟོང་པར་མཐོང་དགོས་པ་འྲི་ཀར་  
 ཡང་བཤད་པ་བྱོད་གྱིས་དྲུངས་པ་དེ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་བདག་མེད་དང་  
 བདེན་སྟོང་ཞེས་པའི་དོན་འདི་ལ་ཇི་སྐད་དུ། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད། །  
 ལྷ་ཀུན་ངེས་པར་འབྱེན་པར་གསུངས། །གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ལྷ་བ། །དེ་  
 དག་བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་གསུངས། །ཞེས་པ་ལྟར་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་  
 གྱི་ཚེས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་ནས་དམིགས་པའི་སྦྱོས་པ་ཀུན་  
 ལས་འདས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་  
 རེག་པ་དང་། དེར་མ་སོན་པར་བདེན་གྲུབ་ཙམ་ཁེགས་ཀྱང་དེ་ཉིད་ལ་དངོས་  
 པོ་མེད་པའི་མཚན་མར་ཞེན་ནས་སྦྱོས་པ་ཉི་ཚེ་བ་བཀག་ཙམ་གྱི་སྟོང་ཉིད་ལ་  
 སྟོང་ཉིད་མཐར་ཐུག་ཏུ་འཛིན་པའི་གོ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པས་ན། སྦྱིར་བདེན་  
 མེད་དང་སྟོང་ཉིད་དང་བདག་མེད་གྱི་དོན་གནས་ལུགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ནམ་  
 ཡང་མི་བརྗོད་ཀྱང་། སྦྱོས་པ་མཐའ་དག་མ་ཁེགས་པའི་སྦྱོས་པ་ཅན་གྱི་ལྷ་  
 བ་དེ་དག་ཡུམ་ནས་བཤད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་མཐར་ཐུག་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བདག་  
 ཅག་གིས་གསར་དུ་སྦྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པ་བཙམ་ལུན་འདས་རྗེས་

འབྲངས་དང་བཅས་པས་གསུངས་པ་ཡིན་པས་བདག་ཅག་སྟོན་པའི་རྗེས་སུ་  
 འབྲངས་ནས་དེ་ལྟར་སྒྲུབ། །དེ་ལྟར་ཡང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་  
 སྟོང་ལྷག་བརྒྱ་པ་ལས། རབ་འབྱོར་གལ་ཏེ་ཆུང་དུ་ན་སྒྲུབ་ཅི་མེད་ཆ་ཤས་  
 བཞག་པ་ཙམ་གྱི་ཁྱོན་གཅིག་མཚན་མ་ཡོད་ན་ཡང་སྒྲུབ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 ཏུ་འཆང་བྱ་བར་མི་བྱས་སོ། །ཞེས་དང་། ཁྱི་བརྒྱད་སྟོང་པ་ལས། བཙམ་ལྷན་  
 འདས་དངོས་པོའི་འདུ་ཤེས་ཅན་ལ་མཐུན་པའི་བཟོད་པ་ཡང་མ་མཆིས་ན་  
 ཐོབ་པ་ལྷ་གལ་མཆིས་ཏེ་མ་མཆིས་ན། ཅི་དངོས་པོ་མ་འཆལ་བའི་འདུ་ཤེས་  
 ཅན་ལ་མཐུན་པའི་བཟོད་པ་མཆིས་ལགས་སམ། བཀའ་སྤྱུལ་བ། རབ་འབྱོར་  
 དེ་དེ་བཞིན་ཏེ། དངོས་པོ་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ཅན་ལ་མཐུན་པའི་བཟོད་པ་འང་  
 མེད་དོ། །ཞེས་དང་། རབ་འབྱོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་  
 པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སྟོང་པ་ལ་ནི་དངོས་པོའི་འདུ་ཤེས་སམ་  
 དངོས་པོ་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་དོ། །རབ་འབྱོར་གང་ལ་དངོས་པོའི་འདུ་  
 ཤེས་མེད་པ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱང་མེད་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་མཐུན་པའི་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 དང་། ལུས་རྒྱས་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཤེས་  
 རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སྟོང་པའི་ཆོ། ཆོས་མཚན་མ་མེད་པ་དྲན་པ་མེད་  
 པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པ་སྟེ། ཞེས་དང་། གཟུགས་ཉིད་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
 སོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ཀྱང་གཟུགས་སོ་ཞེས་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་

ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་མཐོང་ན་ནི། ལྷ་ན་མེད་པ་རྫོགས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ལ་གནས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་སོགས་དང་། ཤེར་ཕྱིན་སྟོང་  
ཕྱག་ཉེར་ལྔ་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པའི་རིགས་ཀྱི་སྤུངས་  
རིགས་ཀྱི་སྤུ་མོ་ཐབས་མི་མཁས་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདི་ལ་  
དམིགས་པའི་ཚུལ་དུ་འདུ་ཤེས་སུ་བགྱིད་པ་ནི། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་  
པ་གསོག་ཏུ་འབྱེན་པ་ལོ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རིང་དུ་སྟོང་བ་ལོ། །  
ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མཚན་མར་འཛིན་ཅིང་དེས་རྫོམ་སེམས་སུ་བྱེད་ཅིང་  
དམིགས་པ་ལ་ཆགས་པ་དེ་དག་གིས་ཤེར་ཕྱིན་གསོག་ཏུ་འབྱེན་ཅིང་རིང་དུ་  
སྟོང་ངོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་སྟོང་པ་ལོ་ཞེས་སོགས་ལ་སྦྱར་ཏེ་གསུངས་  
ཤིང་། ཆོས་དེ་དག་ལ་དེ་དང་དེ་ཡི་དམིགས་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ཐབས་  
ལ་མཁས་པ་དང་ཤེར་ཕྱིན་ཡང་དག་ཏུ་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་ཡུམ་མདོ་ཐམས་  
ཅད་དམིགས་པ་ཅན་དུ་སྟོན་པ་ཤེར་ཕྱིན་ལྟར་སྟངས་དང་། དམིགས་མེད་དུ་  
སྟོན་པ་ཤེར་ཕྱིན་ཡང་དག་པར་གསུངས་སོ། །ཁྱི་བརྒྱད་སྟོང་པ་ལས། ཀྟི་  
ཤི་ཀ་གང་དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་སོ་སོར་རྟོག་ཀྱང་། ཆོས་གང་ལ་འང་  
མདོན་པར་ཞེན་པ་མེད་ཅིང་མི་དམིགས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དཔའ་ཆེན་པོའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། ཀྟི་ཤི་  
ཀ་ མ་འོངས་པའི་དུས་ན་རིགས་ཀྱི་སྤུངས་སྤུ་མོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་  
པ་བཙུགས་མ་དག་སྟོན་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་སོགས། བཙུགས་མ་དེས་

རྫོགས་བྱང་ལ་ཞུགས་པ་དག་སྤང་བར་བྱེད་དེ། ཤེར་ཕྱིན་འདི་དོན་དང་ཆོག་  
འབྲུ་བཅས་པར་སྟོན་པར་མི་བྱེད་ཅིས་དང་། བཅོས་མ་དེ་གང་ལགས་  
ཞེས་པའི་ལན་དུ། གཞུགས་སོགས་མི་རྟག་པ་དང་སྟུག་བསྐལ་དང་བདག་  
མེད་སོགས་ཀྱི་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་ལ་སྦྱར་ཏེ་རྒྱས་པར་གསུངས་  
ཤིང་། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ན། གཞུགས་ཉིད་ཀྱང་མེད་ན་རྟག་མི་རྟག་ལྟ་ག་ལ་  
ཡོད། གཞུགས་ནི་གཞུགས་ཀྱི་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་དང་།  
རིགས་ཀྱི་བྱ་རྒྱུར་ཤོག་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་སྒྲོམས་ཤིག ཆོས་ཅི་  
ལ་ཡང་མ་ལྟ། གང་ལ་ཡང་གནས་པར་མ་བྱེད་ཅིག དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། ཤེས་  
རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་ནི། གནས་པར་བྱ་བའམ། འདའ་བར་བྱ་བ་  
མེད་དེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞིང་སྟེ་འགག་བྱང་དོར་མེད་  
པར་སྟོན་ན་ཤེར་ཕྱིན་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པར་གཞུགས་སོགས་ལ་སྦྱར་ཏེ་རྒྱས་  
པར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ལེགས་པར་བསྟན་པའི་བསོད་ནམས་ཆད་མེད་  
པ་བསྐྱེད་པའི་རྩལ་གསུངས་སོ། །གཞུངས་དབང་གིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས།  
གང་སྟོང་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་མདོན་པར་ཞེན་པ་མེད་ཅིང་འདོན་པ་མེད་པའི་  
ཆོག་ལྷ་དུགས་ཏེ། དོན་དམ་པར་གང་སྟོང་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་གང་ཡང་  
དམིགས་སུ་མེད་ཀྱང་སྟོང་པ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་དོ། །ཞེས་དང་། ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་  
པ་རྣམ་པར་འཐག་པའི་མདོ་ལས། སྟོང་པ་ཉིད་དུ་འདུ་ཤེས་པ་ནི་སྒྲིབ་པ་འོ། །  
འཇམ་དཔལ་མདོར་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའམ། རྣམ་པར་བྱང་བ་

དམིགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་དེའི་སྒྲིབ་པ་ཡིན་པར་བལྟ་བར་བྱའོ། །  
 ཞེས་དང་། དེ་དག་གི་དགོངས་དོན་ལྟར་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། གཞི་  
 ཤེས་ཀྱི་སྒྲུབས་སུ། ཚུ་རོལ་པ་རོལ་མཐའ་ལ་མིན། དེ་དག་བར་ན་མི་གནས་  
 པ། འདྲུས་རྣམས་མཉམ་པ་ཉིད་ཤེས་བྱིར། ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པར་  
 འདོད། དེ་ནི་མཚན་མར་དམིགས་སྒྲོན་ས། ཐབས་མ་ཡིན་པས་རིང་བ་  
 རྟེ། དེ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིས། ཡང་དག་ཉི་བ་ཉིད་དུ་བཤད། །  
 གཞུགས་སོགས་ལུང་པོ་སྟོང་ཉིད་དང་། འདྲུས་གསུམ་གཏོགས་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་དང་། སྒྲིན་སོགས་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་རྣམས་ལ། སྒྲིད་པའི་འདུ་ཤེས་  
 མི་མཐུན་སྤྱོད་ས། སྒྲིན་ལ་སོགས་ལ་རང་འཛིན་མེད། གཞན་དག་དེ་ལ་  
 སྒྲིད་བྱེད་པ། དེ་ནི་ཆགས་པའི་མཐའ་འགོག་པས། རྒྱལ་ལ་སོགས་ལ་  
 ཆགས་པ་ལ། ཆོས་ཀྱི་ལམ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། དཔེན་པའི་བྱིར་ན་དེ་ཐབ་  
 ཉིད། ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གཅིག་པར་ནི། ཤེས་པས་ཆགས་པ་སྒྲོང་བ་  
 ཡིན། མཐོང་བ་ལ་སོགས་བཀག་པ་ཡིས། དེ་ནི་རྟོགས་པར་དཀའ་བར་  
 བཤད། གཞུགས་ལ་སོགས་པར་མི་ཤེས་བྱིར། དེ་ནི་བསམ་མི་བྱུང་བར་  
 འདོད། ཅིས་གསུངས་ཤིང་། འཕགས་པ་དགོན་མཚོག་སྒྲིན་ཞེས་བྱ་བའི་  
 མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སེལ་བས་  
 གསོལ་བ། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བགྱི་བ་འདི་ཅི་ལགས།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་པ། རིགས་ཀྱི་བུ་ཆོས་འདི་ནི་སོ་སོ་རང་

གིས་རིག་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ཡི་གེ་དང་དག་གིས་གདམས་པར་མི་རུས་སོ། །  
 དེ་ཅིའི་ཐྱིར་ཞེན། ཚེས་འདི་ནི་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་  
 པ། སྒྲ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པ། ཚིག་གི་སྒྱུད་ཡུལ་ཐམས་  
 ཅད་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པ། དག་གི་ལམ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡང་དག་  
 པར་འདས་པ། སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ། སྤང་བ་དང་དོར་བ་ཐམས་  
 ཅད་དང་བྲལ་བ། བྱེ་བ་དང་བཅུ་མས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ། རྟོག་གི་  
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ། བརྟག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ། རྟོག་གའི་སྒྱུད་ཡུལ་  
 མ་ཡིན་པ། རྟོག་གའི་སྒྱུད་ཡུལ་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པ། མཚན་མ་  
 མེད་པ། མཚན་མ་དང་བྲལ་བ། མཚན་མའི་སྒྱུད་ཡུལ་ལས་ཡང་དག་པར་  
 འདས་པ། བྱིས་པའི་སྒྱུད་ཡུལ་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པ། བདུད་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པ། རྟོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 སྒྱུད་ཡུལ་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྒྱུད་ཡུལ་ལས་  
 ཡང་དག་པར་འདས་པ། གནས་མ་ཡིན་པ། མི་གནས་པ། ཞིབ། འཕགས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྱུད་ཡུལ་ཏེ། དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པ། དེ་  
 མ་མེད་པ། མ་གོས་པ་དང་། རྣམ་པར་དག་པ། བྱ་ལོ་མ་པ། མཚོག་དམ་པ།  
 ལུལ། རྟག་པ། བརྟན་པ། ཐེར་བྱུག་མི་འཛིག་པའི་ཚེས་ཅན་ཏེ། དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པ་རྣམས་བྱུང་ཡང་རུང་། མ་བྱུང་ཡང་རུང་སྟེ། ཚེས་ཀྱི་དབྱིངས་འ  
 དི་ནི་འདུག་པ་སོ་ཅེས། རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལྟར་བྱུང་རྒྱུ་ཐམས་དཔའ་དག་

ཆོས་ཉིད་འདི་ཐོབ་ནས། སེམས་ཅན་དག་གྲང་ཆོས་ཉིད་འདི་ཁོ་ན་ལ་རབ་  
ཏུ་དགོང་དོ་སྒྲམ་ཏེ། དོན་གང་གི་བྱིར་འབད་ཅིང་རྩོལ་བ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་  
རྩོམ་བ་དང་། དཀའ་བ་བརྒྱ་དག་བྱེད་པ། རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་  
ཅེས་བྱའོ། །ཡང་དག་པའི་མཐའ་ཞེས་བྱའོ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཅེས་  
བྱའོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་  
པའི་དབྱིངས་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་སྒྲུ་མེད་པའི་དབྱིངས་ཞེས་བྱའོ། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་སྒྲིབ་པ་རྣམ་པར་སེལ་བས་གསོལ་བ། བཙམ་ལྷན་འདས་ཆོས་  
འདི་རི་ལྟར་མཛོན་དུ་བགྱི། རི་ལྟར་ཁོང་དུ་རྒྱད་པར་བགྱི། བཙམ་ལྷན་འདས་  
ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་བ། རིགས་ཀྱི་བྱ་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་  
ཀྱིས་མཛོན་དུ་བྱའོ། །རང་གིས་རིག་པར་ཁོང་དུ་རྒྱད་པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་།  
རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ལྟ་བུས་ན། གང་མིང་དུ་འདོགས་པ་དང་ཐ་སྙད་དེ་ནི་ཀུན་  
རྫོང་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཀུན་རྫོང་གི་ཆོས་རྣམས་ལ་ནི་དོན་དམ་པ་མེད་མོད་གྱི།  
ཀུན་རྫོང་གི་ཆོས་རྣམས་མེད་པར་ཡང་དོན་དམ་པ་བརྟན་པར་མི་རུས་སོ། །  
ཞེས་དང་། དོན་དམ་པ་ནི་མི་སྦྱེའོ། །མི་འགག་གོ་མི་འཛིག་གོ་མི་འཕྲོ། །  
མི་འདོར་རོ། །ཡི་གེ་དག་གིས་སྒྲུབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་  
མི་རྫོང་དོ། །སྒྲིབ་བས་མི་རྟོགས་སོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་དོན་དམ་པ་ནི་བརྫོང་དུ་  
མེད་པ་སྟེ་ནི་བའོ། །འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པའོ། །  
ཞེས་དང་། ཆོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། ཡང་དག་པའི་མཐའ་ནི་



སྒྲིམ་པ་མེད་ལ། ཆོས་གཞན་ནི་སྒྲིམ་པ་འདི་དོ་བོ་ཉིད་དེ། ཞེས་དང་། དམིགས་  
པ་ཅན་ནི་ཐ་ན་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་འདྲ་དམིགས་ཤིང་། མངོན་པར་  
དགའ་བ་སྟེ། འདི་ནི་དམིགས་པ་ཅན་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བ་འོ། །  
ཞེས་དང་། བཙམ་ལྡན་འདས་གཞན་ཡང་གང་སྟོང་པ་ཉིད་སྒྲིམ་པ་དེ་དམ་  
པ་འདི་ཆོས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལགས་སོ། །

དེ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་སྒྲིམ་པ་མ་མཆིས་པ་འོ། །བཙམ་ལྡན་འདས་སྒྲིམ་པ་ལ་  
དགའ་བ་ནི་དམ་པ་འདི་ཆོས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལ་དགའ་བ་མ་ལགས་སོ། །  
ཞེས་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་འཁོར་ལོའི་མདོ་ལས། བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
འཇམ་དཔལ་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཆོས་གསན་པར་བཞེད་གྱི། ཁྱོད་  
སྒྲོབས་པར་གྱིས་ཤིག་ཅིས་བཀའ་སྤྱུལ་པ་དང་། འཇམ་དཔལ་གྱིས་ཅི་ལས་  
བརྩམ་སྟེ་སྒྲོབས་པར་བྱ་ཞེས་གསོལ་བ་ལ། བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་  
སྤྱུལ་བ། འཇམ་དཔལ་ཁྱོད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་བརྩམས་ཏེ་སྒྲོབས་པར་  
གྱིས་ཤིག་གསོལ་བ། བཙམ་ལྡན་འདས་གང་བདག་གིས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
མ་གཏོགས་པའི་ཆོས་དེ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མ་མཐོང་ལགས་སོ། །བཀའ་  
སྤྱུལ་བ། མངོན་པའི་ད་རྒྱལ་ཅན་རྣམས་རབ་རྒྱལ་པར་འགྱུར་རོ། །གསོལ་  
བ། གལ་ཏེ་ཡང་དག་པའི་མཐར་རྒྱལ་ན་མངོན་པའི་ད་རྒྱལ་ཅན་རྣམས་རྒྱལ་  
པར་འགྱུར། དེ་ཅིའི་ཐྱིར་ཞེན། ཡང་དག་པའི་མཐར་དང་མངོན་པའི་ད་རྒྱལ་  
ཅན་གཉིས་གཅིག་ཅིང་དབྱེར་མེད་པའི་ཐྱིར་རོ། །ཞེས་དང་། འཇགས་པ་

སྒྲོམ་པ་གསུམ་བརྟན་པའི་མདོ་ལས། འོད་སྤང་མདོར་ན་དམིགས་པ་ནི་སྒྲོམ་  
སེམས་སོ། །གང་དང་གང་ཏུ་འདུ་ཤེས་འབྱུག་ན་ཐ་ན་སྤྲོད་པ་ཉིད་དོ་སྒྲོམ་པ་  
དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲོམ་སེམས་ཏེ། དག་སྤྱོད་ཏུ་བྱེད་པའི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་།  
བུམ་ཟེར་བྱེད་པའི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲོམ་སེམས་ཐམས་ཅད་དོ། །  
ཞེས་དང་། སྒྲོ་མཐའ་ཡས་པར་སྤྱོད་པའི་མདོ་ལས། གང་དག་དེ་བཞིན་  
ག་ཤེགས་པ་ལ་ཆོས་ཉིད་ཏུ་རྟོག་ན་ཡང་དེ་དག་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པ་མཐོང་  
བ་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན། དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པ་ནི་  
བརྗོད་བ་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། དེའི་བྱིར་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པ་ནི་ཟབ་པ་དང་  
རྒྱ་ཆེ་བ་ཆད་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། གོ་ཆའི་བཀོད་པ་བརྟན་པའི་མདོ་  
ལས། །ཡང་དག་དོན་ལ་སྦྱར་ཡང་མེད། ཆོག་འབྱུ་ཡི་གེ་ཡོད་མ་ཡིན། །  
ཆོག་ལས་ཡང་དག་འདས་པའི་བྱིར། །ཡང་དག་དོན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །ཞེས་  
དང་། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། ཆོག་བྲལ་ངག་གི་ལམ་གྱིས་མ་གོས་པ། །དེ་  
བཞིན་ཉིད་ཆོས་རང་བཞིན་ནམ་མཁའ་འདྲ། །སེམས་དང་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་བ་རབ་  
གྲོལ་བ། །མཆོག་རབ་ངོ་མཆར་ཆེ་བ་དམ་པ་ཤེས། །ཞེས་དང་། དགོངས་  
པ་ངེས་འགེལ་ལས། ཟབ་མོ་བྱིས་པའི་སྤྱོད་ལུལ་མ་ཡིན་པ། །བརྗོད་མེད་  
གཉིས་མིན་རྒྱལ་བས་བརྟན་མཛད་ཀྱང་། །བྱིས་པ་གཉི་ལྷག་རྫོངས་པ་འདི་  
དག་ནི། །སྤྱོད་པའི་སྤྱོས་ལ་དགའ་ཞིང་གཉིས་ལ་གནས། །མ་རྟོགས་པ་འང་  
ལོག་པར་རྟོག་པ་དག །ལྷག་དང་བ་ལང་དག་ཏུ་ཡང་སྤྱེ་ཞིང་། །དེ་དག་ཤེས་

པའི་སྒྲུབ་དེ་བོར་ནས། ཤིན་ཏུ་ཡུན་རིང་ལམས་བ་འདིར་ལམས་འཇུག།  
 ཞེས་དང་། སོ་སོར་རང་རིག་མཚན་ཉིད་སྤྱོད་ཡུལ་ཏེ། བརྗོད་དུ་མེད་ཅིང་ཐ་  
 སྟོང་ཡོང་ཆད་པ། རྩོད་དང་བྲལ་བ་དོན་དམ་ཚུལ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རྟོག་གི་  
 གྲུབ་ལས་འདས་མཚན་ཉིད། ཅིས་དང་། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས།  
 མགོན་པོ་རྣམས་ནི་གང་གསུངས་པའི། སོ་སོར་རང་རིག་སྤྱོད་ཡུལ་ནི།  
 རྟོག་པ་ཅན་གྱི་ཡུལ་མ་ཡིན། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་འདེད་བཞིན་མིན། ཞེས་  
 དང་། ལྷ་འདས་དང་ནམ་མཁའ་དང་། འཕགས་པ་གཉིས་པོ་ཉིད་ཀྱང་  
 རྟོ། །མ་བྱས་པར་ནི་བྱིས་པས་རྟོག །འཕགས་པས་ཡོད་མེད་སྤང་བར་རོ། །  
 ཞེས་དང་། ལྷ་འདས་ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ་བ་དག་ཅིས་བྱ་བ་དང་། བདག་  
 མེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གཉིས་སྤྱོད་པར་ཁྱོད་གྱིས་དེ་ལྟར་གཟུངས་སྤྱོད་  
 ཟུངས་ལ་སྤྱོད་པོས་ཡོངས་ཤིག་ ཅིས་དང་། རིགས་ཀྱི་བྱ་བུ་མས་པ། གང་  
 ཞིག་ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་དང་། ཡོད་པ་འདྲ་མ་ཡིན། མེད་པ་འདྲ་མ་ཡིན་  
 པ་དང་བཅས་པ་དེ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱིས་དཔག་  
 རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། སྤྱོད་ཐོས་རྣམས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། ཚུལ་  
 འདི་དྲི་མེད་དག་དགོ་རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏེ། བཅས་མཁའ་མཆོངས་ཤིང་  
 མཉམ་ལ་གདོད་ནས་འབྱུང་བ་མེད། མ་སྤྱོས་མ་བྱུང་གནས་པ་མེད་ཅིང་  
 འགག་པ་མེད། འདི་ནི་རྒྱལ་བའི་ཐུག་རྒྱ་དྲི་མེད་གཡོ་བ་མེད། ཅིས་དང་།  
 སྤང་བོའི་རྩལ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་ལས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྤྱོད་པའི།

སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་འདོད་པས། ཆོས་རྒྱལ་ས་གང་ཡང་མི་གཟུང་ཞིང་། ཆོས་རྒྱལ་ས་གང་ཡང་མི་འདོར་རོ། ཞེས་དང་། གང་གིས་ཆོས་རྒྱལ་ས་བསམ་ཡས་པ། རྣམ་མཁའ་འདྲ་བར་མཐོང་བ་དང་། མ་བཅིང་བ་དང་མ་གྲོལ་བ། འདྲ་ཡི་ཤེས་རབ་བླ་ན་མེད། ཅིས་དང་། ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་བསམ་མི་བྱུང་། འཛིན་པ་ལ་ནི་གང་གནས་པ། འདྲ་ཡི་ཤེས་ཡོད་མི་འགྱུར། ཚུད་པ་དག་ལ་གང་སྟོང་ཅིང་། འཛིན་པར་བྱེད་པ་དེ་མི་ཐར། ཞེས་དང་། ཡེ་ཤེས་བྱུག་རྒྱའི་མདོ་ལས། རྟོག་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒྲིས་པ་འདི། གཉིས་ཀ་ཡོངས་སུ་སྤང་ན་ཆོས་འཛིན་ཡིན། ཞེས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང་པ་བརྟན་པའི་མདོ་ལས། སྟེ་དང་སྟེ་མེད་གཉིས་ནི་སྒྲིས་པ་སྟེ། ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་ས་དང་བདུད་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན། ལུས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་འཛིན་རྣམས་སེམས་འདོད་པ་ཡིས། ལྟ་དང་ལྟ་མིན་འགོ་བ་རྣམས་ནི་འདིར་བརྟག་གོ། ཞེས་དང་། སྟོབ་པ་ཤུག་མེད་གོ་ཡི། བརྟན་པ་ལ་ནི་སྒྲིས་མེད་པའི། སེམས་ཀྱིས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། སེམས་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད་མི་རྟོག་ ཅིས་དང་། འཇམ་དཔལ་ལ་རིན་ཆེན་བྱིན་གྱིས་སྤྲས་པ། འཇམ་དཔལ་ལ་ཆོས་ཉིད་ནི་བསམ་དུ་མེད་པ་ཡིན་ན། དེ་བདག་གིས་རི་ལྟར་བསམ་སྟེ་བརྟན་པར་བྱ། ཞེས་དང་། བྱིས་པ་དེ་དག་ནི་སྟེ་པའི་ཆོས་སུ་ལུང་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། མི་སྟེ་པའི་ཆོས་སུ་ལུང་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་འདི་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པས་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་འདི་རྣམས་

གྱི་རང་བཞིན་དེ་ལྟར་རྗེས་སུ་རྟོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་པོ་ཞེས་  
 དེ་ལྟར་གདམས་ན། གཤམ་ཏེ་མི་སྐྱུག་མི་དངངས་ཤིང་། དངངས་པར་མི་  
 འཇུར་ན། གྱི་མ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདི་ནི་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པ་སྟེ། ཕྱིར་མི་  
 ལྟོག་པའི་སྐལ་བ་ཅན་ཡིན་ལོ་སྟེ། བྱེད་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་དང་། འཇམ་  
 དཔལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་གིས་བསྐྱལ་བ་འབུམ་གྱི་བར་དུ་ཐབས་  
 ལ་མཁས་པ་མེད་པར་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་སྤྱད་པ་བས། གང་གི་ཆོས་  
 གྱི་རྣམ་གངས་འདི་སོམ་ཉི་དང་བཅས་པས་ཐོས་ན། འདི་ནི་དེ་བས་ཆེས་  
 བསོད་ནམས་མང་དུ་བསྐྱེད་ན། གང་གིས་སོམ་ཉི་མེད་པར་ཐོས་པ་ལྟ་ཅི་  
 སྟོས་ཞེས་གསུངས་ཏེ། མདོ་དེ་ལས། ཆོས་ཟབ་མོ་གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལ་མ་  
 མོས་པའི་དགེ་སྟོང་བརྒྱད་ཁག་སྐྱུགས་ཏེ་ཤི་ནས་དཔུལ་བ་དུ་འཕོད་དུ་སྐྱེས་  
 པ་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་པ། དགེ་སྟོང་དེ་དག་ཆོས་འདི་མ་ཐོས་  
 བ་བསྐྱལ་བ་ས་ཡའི་བར་དུ་ནམ་ཡང་བཟང་འགོར་མི་སྐྱེ་ཡང་། འདི་སོམ་  
 ཉི་དང་བཅས་པར་ཐོས་པས་དཔུལ་བ་ནས་འཕོས་ཏེ་དགའ་ལྡན་དུ་སྐྱེ་ཞིང་།  
 དེ་ནས་བསྐྱལ་བ་དུག་ཅུ་ཅུ་བརྒྱད་གྱི་བར་དུ་སངས་རྒྱས་མཉེས་པར་བྱེད་ཅིང་།  
 ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱས་སྐྱེས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་ཤ་སྟག་དུ་སྐྱེས་ནས་བསྐྱལ་  
 པ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བར་ལུང་བསྟན་ཏོ། །བྱམས་པ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 མདོ་ལས། བྱམས་པ་ཅི་ཅམ་དུ་སྟོོ་འདོགས་པ་དེ་ཅམ་དུ་ཆགས་པ་ཡོད་ལ།  
 སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ནི་ཆགས་པ་མེད་པའི་

བྱིར་རོ། །ཞེས་དང་། འདི་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ལ་མི་མཉམ་པར་  
 བཏགས་ནས་མེད་བཞིན་སྒྲོ་འདོགས་པས་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་དེ། །ཞེས་  
 དང་། ལྟའི་བྱ་རབ་རྩལ་སེམས་ཀྱིས་ཁྱས་པའི་མདོ་ལས། ལྟའི་བྱ་གང་གི་  
 ཆོ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཆོས་ཐམས་ཅད་བརྗོད་  
 ཏུ་མེད་པར་གཤམ་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་ན་ལྟའི་བྱ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
 དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཐོས་པས་དོན་ལ་རྟོན་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་།  
 ལྟའི་བྱ་གལ་ཏེ་རྩལ་ཟད་རྗེས་སུ་རྟོག་པར་བྱེད་ན་དེ་ནི་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཏུ་མི་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན། ལྟའི་བྱ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་།  
 རྩལ་པ་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་དང་། ལྟའི་བྱ་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་  
 རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་མ་ཁྱལ་ས་པའི་རྩལ་ལ་ནི་ཐ་དད་ཏུ་བྱ་བ་ཡོད་ཀྱི། རྒྱ་མཚོར་  
 ཆེན་པོར་ཁྱལ་ས་པའི་རྩལ་ལ་ནི་ཐ་དད་ཏུ་བྱ་བ་མེད་པ་དེ་བཞིན་ཏུ། ལྟའི་བྱ་  
 ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཡོངས་སུ་མ་གཤམ་པ་ལ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཐ་དད་ཏུ་བྱ་བ་  
 ཡོད་ཀྱི། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཡོངས་སུ་གཤམ་པ་ལ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཐ་དད་ཏུ་  
 བྱ་བ་མེད་དེ། ལྟའི་བྱ་ཐ་དད་ཏུ་བྱ་བ་ནི་མཚན་མ་དང་དམིགས་པ་དང་འདྲ་  
 གཤམ་དང་སྒྲོས་པ་ལས་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། །ཞེས་སོགས་དང་། ལུ་མོ་རིན་  
 ཆེན་གྱིས་ཁྱས་པའི་མདོ་ལས། འདི་ལ་ཆོས་དབྱིངས་སེམས་ཅན་ཁམས། །  
 ཡང་དག་ཉིད་ཀྱིས་མཉམ་རྟོགས་ནས། །གཉིས་མེད་རྟོགས་པ་གང་ཡིན་པ། །  
 དེ་ནི་མི་ལྷོག་ཕྱག་རྒྱ་ཡིན། །ཞེས་དང་། ཆོངས་པ་བྱེད་པར་སེམས་ཀྱིས་ཁྱས་

པའི་མདོ་ལས། རི་ལྟར་ན་དད་པ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ལགས། བཀའ་སྩལ་  
 བཤུན་ཆོས་རྣམས་བརྗོད་དུ་མེད་པར་མོས་པའོ། ཞེས་དང་། བརྗོད་  
 པའམ་ཡང་ན་བདེན་པ་ཞིག བརྗོད་པ་ལ་ནི་རྟོག་གྱུར་ན། མཐར་འཛིན་  
 བར་ནི་དེ་འགྱུར་ཏེ། ལྷ་སྟེགས་ཅན་དང་ཁྱད་པར་མེད། ཀྱང་ཕྱིར་ཆོས་  
 རྣམས་ཡང་དག་མེད། བདེན་པ་དང་ནི་རྗོད་པ་མེད། དེ་ཕྱིར་འཛིན་ཏེན་  
 འདས་པའི་ཆོས། ངས་འདི་གཉིས་སུ་མེད་པར་བཤད། ཅིས་དང་། སངས་  
 རྒྱུ་མུ་ངན་འདས་ནས་ཀྱང་། ཀྱང་རྣམས་བརྗོད་པ་འདིར་མོས་པ། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ། རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་དེ་ལ་བཞུགས། །  
 ཀྱང་གིས་རྩལ་འདི་ཤེས་པ་ན། དེས་ནི་ང་ཡི་ཆོས་བཟུང་སྟེ། དེ་ཡིས་ང་ལ་  
 ཏྲག་ཏུ་མཆོད། དེ་དག་འཛིན་ཏེན་སྟོན་པའོ། ཞེས་དང་། མངས་པ་ཁྱད་  
 བར་སེམས་ཀྱིས་འཇམ་དཔལ་ལ་དྲིས་པ། འཇམ་དཔལ་རི་ལྟར་ན་དག་  
 སྟོང་དམ་པའི་ཆོས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་བ་ཡིན། སྤྱི་པ། ཀྱང་མཉམ་པ་ཉིད་ལས་  
 འགལ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་འབྱུགས་པར་མི་བྱེད་པ།  
 དེ་ལྟར་ན་དམ་པའི་ཆོས་ཡོངས་སུ་བསྤྱང་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། ལྟ་བར་  
 གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་མ་མཐོང་བས་བདེན་པ་མཐོང་ངོ་། ཞེས་དང་། མཉམ་  
 པ་ཉིད་གང་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པར་མཐོང་བ་ནི། དེ་ལྟར་ན་མངོན་  
 བར་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། འཇམ་དཔལ་འདུས་བྱས་དང་འདུས་  
 མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཐ་དད་དུ་བྱ་བ་ནི་ཐ་སྟོན་དོ། ཆོས་ཉིད་ལ་ཐ་དད་

དུ་བྱ་བ་མེད་དོ། །ཞེས་དང་། ཡི་གེ་རྣམ་པར་རིག་པ་ལྟར་བྱེད་པའི་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཆོས་བསྟན་ཏེ་ཞེས་མོས་པར་འགྱུར་  
རོ། །ཆོས་ཉིད་བརྗོད་དུ་མེད་པར་ངེས་པར་བྱས་ན་ཆོས་བསྟན་དུ་མེད་དོ། །  
ཞེས་དང་། ཆོག་ཐམས་ཅད་སྒྲོ་འདོགས་པ། ཆོག་ཐམས་ཅད་ཆོག་མ་ཡིན་  
པ་དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོག་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པའོ། །ཞེས་དང་། ཆོས་ཀྱི་  
ཆོས་ཉིད་རི་ལྟ་བུར། དེ་དག་ཆོས་རྣམས་སྒྲོམ་མོད་ཀྱི། དྲན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པས་མིན། དེ་ཕྱིར་མཉམ་པར་བཞག་ཅིས་གསུངས། །ཞེས་དང་། བམ་  
མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཁྱེས་པའི་མདོ་ལས། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ནོ། །ཞེས་དང་། གང་དག་གཉིས་པོས་བྱ་ངན་ལས་འདས་  
པ་འཆོལ་བ་དེ་དག་ནི། སྒྲེ་བ་དང་འཛིག་པར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་འདི་དག་  
ནི་སྒྲེད་པར་བྱ། ཆོས་འདི་དག་ནི་དགག་པར་བྱ་ཞེས། དེ་དག་སྒྲེ་བ་དང་  
འཛིག་པ་ལ་སྒྲུབ་པས། དེ་དག་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཉམ་པ་ཉིད་མི་  
ཤེས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱ་ངན་ལས་  
འདས་པ་སྒྲོས་པ་ཉི་པར་ནི་བའི་གནས་ལུགས་དབང་བཅོན་དུ་བྱས་ནས་དེ་  
ལྟར་གསུངས་པ་དང་། ཡང་དེར་འདས་པའི་བམ་མཁའ་མཛོད་སོགས་བྱང་  
སེམས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་ནས་བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདའ་བའི་ཆོས་  
ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་བ་མེད་པ་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ། དམིགས་པའི་ཡུལ་ལས་ཤིན་ཏུ་  
འདས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདའ་བར་གསུངས་



བ་དང་། སེམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ཏེ། གང་ཞིག་གང་ལའང་  
 མི་དམིགས་པ་དེ་ལ་བདུད་ཀྱིས་ཅི་བྱར་ཡོད་ཅེས་དང་། ཡང་རྣམ་ཀླན་མཆོག་  
 ལྷན་གྱི་སྟོང་ཉིད་བྱག་པ་མེད་པའི་སེམས་དང་། བདུད་ཀྱི་ལས་དང་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ཐམས་ཅད་རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་དང་སྒྲོས་པ་མེད་པ་སོགས་  
 རྒྱུ་མཚུངས་པའི་རོ་གཅིག་པ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདའ་བར་  
 བྱེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོར་བཤད་པ་ལ། འཇམ་དཔལ་གྱིས་སྒྲུབ་པ། སྒྲེས་བྱ་  
 དམ་པ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་རི་སྒྲོད་བཤད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདུད་ཀྱི་ལས་  
 དང་བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ལོ། ཉེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཡི་གེར་བྱས་པ་རྣམས་ནི་རྣམ་  
 པར་རིག་པ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ནི་ཡི་གེ་མེད་པའོ། ཆོག་རི་སྟེད་  
 པར་བདུད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་དེ་སྟེད་དེ། ཆོག་མེད་པ་ལ་བདུད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བྱར་  
 ཡོད། གང་ཆོག་མེད་པ་ནི་རྣམ་པར་རིག་པ་མེད་པ་སྟེ། བདག་དང་པ་རོལ་  
 ཡང་དག་པར་རྗེས་སྒྲུལ་མི་མཐོང་ངོ་། །བདག་མེད་ཅིང་པ་རོལ་མེད་པས་ཆོས་  
 གང་ལ་ཡང་ཡན་འདོགས་པའམ། གཞོད་པར་བྱེད་པ་གནས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟར་རྗེས་སྒྲུའོག་པ་ནི་བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་ཡང་དག་པར་འདའ་བ་སྟེ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་དང་། ལང་ཀར་གསེགས་པ་ལས། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ་དོན་དམ་པ་  
 ནི་འཕགས་པས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
 ཏེ། ཆོག་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒྲོའི་སྒྲོད་ཡུལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་།  
 སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཆོག་ཏུ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒྲོའི་མར་མེས་བྱང་ཚུབ་སེམས་

དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོག་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བ། སོ་སོ་རང་  
གིས་རིག་པའི་དོན་གྱི་ཡུལ་ལ་རྗེས་སུ་འཇུག་གོ། ཞེས་དང་། རི་བཞིན་སྐྱ་  
ལ་རྣམ་པར་ཉག་གས་ནས། ཆོས་ཉིད་ལ་ཡང་སྐྱོ་འདོགས་ཏེ། རི་དག་དེ་ལ་སྐྱོ་  
བཏགས་པས། ཁེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་གནས་སུ་ལྷུང་། ཞེས་དང་། སྐྱོ་  
གྲོས་ཆེན་པོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་དོན་ལ་རྟོན་  
པར་བྱ་ཡི་ཡི་གེ་ལ་རྟོན་པར་མི་བྱའོ། སྐྱོ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཡི་གེའི་བྱིར་འབྲངས་  
བའི་རིགས་ཀྱི་བྱའམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ནི་བདག་ཀྱང་དོན་ལས་ཉམས་པར་བྱེད་  
ཅིང་། གཞན་ལ་ཡང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་མི་བྱེད་དོ། ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་  
གསུངས་པ་དང་། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་རིན་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས། ཡོད་དང་  
མེད་པ་མཐའ་གཉིས་ཏེ། ཅི་ཅམ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་རྣམས། སྦྱོད་ཡུལ་  
དེ་དག་རབ་སྒྲུངས་ན། ཁེམས་མཉམ་རབ་དཔེན་ཞི་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་།  
སྐྱོ་གྲོས་ཆེན་པོ་རིགས་ཀྱི་བྱའམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱ་རི་བཞིན་དུ་  
བཟུང་ཞིང་མདོན་པར་ཞེན་པར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་མིང་དང་ཡི་གེ་དང་  
བྲལ་བའི་བྱིར་རོ། སྐྱོ་གྲོས་ཆེན་པོ་རི་ལྷར་མི་སྐྱན་པོ་ཁ་ཅིག་ལ་སོར་མོའི་  
ཅེ་མོས་དངོས་པོ་བསྟན་ན་སྐྱན་པོ་དེ་སོར་མོའི་ཅེ་མོ་ལ་བསྟན་བས་ཡང་དག་  
པའི་དོན་མི་འཐོབ་པོ། རི་བཞིན་དུ་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱོ་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱ་རི་  
བཞིན་པའི་སོར་མོའི་ཅེ་མོ་འདོན་ཅིང་མདོན་པར་ཞེན་ཏེ་འཆི་བ་ལ་ཐུག་གི་  
བར་དུ་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བས། སྐྱ་རི་བཞིན་གྱི་སོར་མོའི་ཅེ་མོ་སྒྲུངས་པ་

དོན་དམ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འཐོབ་པར་མི་རུས། ཞེས་དང་། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ་  
 རི་ཙམ་དུ་ཆོག་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འཇུག་པ་དེ་ཙམ་དུ་རྟོག་པ་དང་མི་རྟོག་པའི་  
 ཉེས་པར་འགྱུར་གྱི། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒོ་ཟད་པར་གྱུར་ན་ནི། དྲིས་པ་སོ་  
 སོའི་སྒྲུ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་པ་དང་མི་རྟོག་པར་ལྟ་བ་རབ་རྟུ་མ་ཞི་བ་རྣམས་  
 ཡོངས་སུ་སྤང་བར་འགྱུར་བས། ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །རྣམ་པར་མི་  
 རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པའི་གཟུངས་ཀྱི་མདོ་ལས། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མཚན་མའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པས་ཡོངས་སུ་སྤང་བ་ན། དེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དབྱིངས་  
 ལ་གྱིན་རྟུ་བཙོན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཞིག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དབྱིངས་ལ་ནི་མ་  
 རེག་མོད་ཀྱི། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དབྱིངས་ལ་རེག་པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་  
 བཞིན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནི་ཡོད་དོ། །ཞེས་དང་། ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་དབྱིངས་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་ཞིན། དབྱུང་བའི་རྣམ་པར་བརྟག་  
 པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྱིན་རྟུ་འདས་པ་དང་། བརྟན་པ་དང་དཔེར་རྣམ་པར་  
 བརྟག་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྱིན་རྟུ་འདས་པ་དང་། ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་བརྟན་  
 ཅིང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དེ་གང་ཞིན། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ནི་གཟུགས་  
 མེད་པ། བརྟན་དུ་མེད་པ། རྟེན་མེད་པ། སྤང་བ་མེད་པ། རྣམ་པར་རིག་པ་  
 མ་ཡིན་པ། གནས་མེད་པའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་  
 པོ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་དབྱིངས་ལ་རབ་རྟུ་གནས་པས་ནི་གེས་བྱ་དང་ཁྱད་

པར་མེད་པ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་  
དགྱིལ་དང་མཚུངས་པར་མཐོང་ངོ། ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་  
པའི་ཤེས་པས་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མ་དང་། སྒྲིག་རྒྱ་དང་། མི་ལམ་དང་།  
མིག་ཡོར་དང་། འག་ཆ་དང་། གཞུགས་བརྟན་དང་། རྒྱ་ལྗོངས་དང་། སྤྱུལ་པ་  
དང་མཚུངས་པར་མཐོང་ངོ། ། བདེ་བ་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་  
ཡང་འཕྲོལ་བོ་ཞེས་སོགས་ཕན་ཡོན་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། ། དཀོན་མཆོག་ཏུ་  
ལ་ལའི་མདོ་ལས། རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་འབྱུང་བ་མེད་པའོ། །  
རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པའོ། ། རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་  
ཀྱི་དབྱིངས་ནི་དངོས་པོ་མེད་པར་རྟོགས་པ་སྟེ། དངོས་པོ་གང་དུ་ཡང་བཞིན་  
པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་བརྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ལོ། ། ཞེས་དང་། གཞུངས་ཀྱི་  
དབང་ལྷན་རྒྱལ་པོས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། གང་དམིགས་པ་ཅན་གྱིས་རྗེས་  
སྒྲུ་མཐུན་པའི་བཟོད་པར་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་གནས་མེད་དོ་ཞེས་དང་།  
དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྡོད་ལས། དེ་ལ་ཀུན་  
རྫོང་གི་བདེན་པ་ནི། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་རི་སྟེང་པ་དང་། ཡི་གེ་དང་སྒྲ་  
དང་བརྟན་བརྟན་པ་སྟེ། དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་ཀུན་རྫོང་པའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
དེ་ལ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གང་ཞེན། གང་ལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཡང་མེད་  
ན་ཡི་གེ་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཏེ། དེ་ནི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ། ། དེ་ལ་མཚན་ཉིད་  
གྱི་བདེན་པ་གང་ཞེན། འདི་ལྟ་སྟེ། མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་མཚན་ཉིད་གཅིག་

ལ། མཚན་ཉིད་གཅིག་པ་ནི་མཚན་ཉིད་མེད་པ་ལོ། །དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དབའ་ཀླན་རྫོང་གི་བདེན་པ་འཆད་པས་མི་སྟོ། །དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་མངོན་  
 ཏུ་མི་བྱེད་པར་མི་ལྟོང་། མཚན་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མཚན་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་  
 པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
 གཞན་ཡང་བདེན་པ་ནི་གཅིག་ཤུ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། འགོག་  
 པའི་བདེན་པ་ལོ། །དེ་ལ་བདེན་པ་གཅིག་ཤུ་ལའང་སྟོ་མི་འདོགས་པ་དང་།  
 སེམས་ཅན་སྟོ་འདོགས་པར་ལྟོང་བ་རྣམས་བདེན་པར་སྟོར་བར་བྱེད་པ་དེ་  
 ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་དང་།  
 འཕགས་པ་བདེན་པ་གཉིས་བརྟན་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་འདི་དང་ཆུལ་འདྲ་  
 བར་གསུངས་ཤིང་། དོན་དམ་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཚོག་དང་ལྡན་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ལས་ཀྱང་འདས་པར་གསུངས་པ་སོགས་  
 ཟབ་མོའི་མདོ་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཞལ་འཆམ་པར་གསུངས་པ་འདི་ཙམ་ཞིག་བརྟན་  
 པས་ཚོག་གི་རྒྱས་པར་མ་སྟོས་སོ། །དེ་ལྟར་བརྟན་པ་འདི་དག་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོ་ལ་དད་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་པའི་མདོ་ལས། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོ་རི་བཞིན་ཏུ་ཆུལ་  
 མ་ཡིན་པར་འབྱེད་པ་དེ་ཐེག་ཆེན་ལ་དད་པ་སྟེ་བའི་གནས་མིན་ལ། དེས་  
 མཚན་མར་ལྟ་བ་དང་། ལྟ་བ་ལ་ལྟ་བ་མིན་པར་ལྟ་བ་སོགས་ཡང་དག་མ་  
 ཡིན་པའི་ལྟ་བ་ཉེར་བརྒྱད་འབྱུང་བར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཐམས་ཅད་མེད་  
 པར་ལྟ་བའི་རྩ་བ་ཅན་ཏུ་བརྟན་ནས། རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ལྟར་རབ་ཏུ་དབེན་

པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ལམ་ལ་གནས་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ཆོས་རྣམས་ཡིད་ལ་བྱེད་པས། གང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཟབ་ཅིང་  
གསང་བ་སྒོས་མི་ཆུད་པ་དེ་ལ་སྟོན་པ་ཉིད་ཆོད་མར་བྱེད་དོ། །སྟོན་པ་ཉིད་  
ཆོད་མར་བྱས་ནས་ཆོས་དེ་དག་ལ་མོས་སོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་པ་ལ་པོ་ཆེ་ལས། །ཤེས་རབ་ཆུང་དུ་སྒྲུབ་ཆོས་  
འདི་དག །ཀུན་ནས་ཤེས་པར་མི་རུས་ཏེ། །ཡེ་ཤེས་མིག་ནི་རྣམ་སྤྱངས་  
ཤིང་། །འདི་ཡི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། གཞན་དུ་གང་རྣམས་  
ཤིན་ཏུ་སེམས་བརྟན་ཞིང་། །དགེ་བའི་བཤེས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་  
དང་། །སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དག །སངས་རྒྱས་ཡེ་  
ཤེས་འདི་ལ་རབ་ཏུ་འཇུག །ཅིས་དང་། གནས་མེད་པ་ཡི་ཆོས་རྣམས་ལ། །  
གནས་ནི་ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་ན། །དེ་སྤྱིར་སྤྱིད་པའི་བཙོན་རན། །བྱིས་པ་  
རྣམས་ནི་རབ་ཏུ་འཁོར། །བརྗོད་པས་བརྗོད་དུ་མི་རུང་ཆོས། །སློ་ཞན་རྣམས་  
ཀྱིས་རྣམ་པར་བརྟགས། །དེས་ནི་ཡོངས་སུ་བསྒྲིབ་བྱས་ནས། །བདག་གི་  
སེམས་ཀྱང་རབ་སྒྲོངས་བྱས། །ཤེས་རབ་ཆུང་ལ་ལམ་ལོར་ཞིང་། །བདག་  
གི་སེམས་ལ་མི་མཁས་པ། །སྟོན་ཅི་ལོག་གི་སློང་ག་གིས། །མི་ཟད་ལུས་ནི་  
འཐེལ་བར་བྱེད། །ཅིས་དང་། འཕགས་པ་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཡོངས་སུ་འཛིན་  
པའི་མདོ་ལས། ལྷ་ར་དུ་ཉིད་ལ། །བྱིས་པ་རྣམས་ནི་ཆོག་འཕྱུའི་རྗེས་སུ་འབྱང་  
བ་ཡིན་གྱི། །མཁས་པ་རྣམས་ནི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་།

ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། གང་དག་སྒྲུ་ཡིས་བསྟན་པ་ཡི། ཆོས་རྣམས་མང་  
 པོ་བསམ་མི་བྱེད། སྒྲུ་དེ་དག་ལ་གང་ཆགས་པ། དགོངས་པས་བཤད་པ་  
 མི་ཤེས་ཏེ། ཅི་ལ་དགོངས་ཏེ་བཤད་པ་ཡི། དགོངས་པ་དག་ནི་མི་ཤེས་  
 པར། ཆོས་ཉིད་ལ་ནི་མ་བསྐྱབ་པས། ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཆོས་སུ་འཆད། །  
 འཛིག་རྟེན་ཁམས་ནི་སྟོང་དག་ཏུ། ངས་ནི་མདོ་སྟེ་གང་བཤད་པ། ཆིག་  
 འབྲུ་ཐ་དད་དོན་གཅིག་སྟེ། ཐམས་ཅད་བརྗོད་པར་རྣམ་མ་ཡིན། ཆིག་  
 གཅིག་རྣམ་པར་བསྐྱོམ་ན་ནི། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བསྐྱོམ་པར་འགྱུར། །  
 སངས་རྒྱལ་ཇི་སྟེད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། ཆོས་རྣམས་མང་པོ་རབ་བཤད་པ། །  
 ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད། མི་གང་དོན་ལ་མ་ཐས་པ་དང་། ཆིག་  
 འདི་བསྐྱབ་པར་གྱུར་པ་ལ། སངས་རྒྱལ་ཆོས་རྣམས་དགོན་མ་ཡིན། ཞེས་  
 དང་། ལྷའི་བུ་སྟོ་གོས་རབ་གནས་ཀྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། འཇམ་དཔལ་  
 ཀྱིས། སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་རྣམ་ཐར་གསུམ་དང་བྱང་སྟོགས་རྣམས་མི་  
 སྐྱོམ་མདོན་དུ་མི་བྱེད་དེ། གང་ལ་ཡང་གནས་པ་མེད་པ་དང་། གང་ལ་ཡང་  
 རྣམ་སེམས་མེད་པ་དང་། དམིགས་སུ་མེད་པར་བསྟན་པས། འཁོར་དེའི་  
 དག་སྟོང་སྟོང་ཐུག་མང་པོས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་  
 རྟོགས་པས་སྤང་འདས་ཐོབ་པ་དང་། བྱང་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་སུམ་ཅུ་ཅུ་བདུན་  
 བསྐྱོམ་པས་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་ཞེས་གསུངས་ན་ཡང་། སྟོན་པ་  
 བཞུགས་བཞིན་དུ་འཇམ་དཔལ་གྱིས་དེ་བཀག་པར་གྱུར་ན། འདིའི་བསྟན་

པ་དེ་འགལ་བའམ་གཅིག་ཏུ་མ་གྱུར་གང་སྟམ་པའི་རྟོག་པ་དེ་འཇམ་དཔལ་  
གཞོན་ལུར་གྱུར་པས་མཁྱེན་ནས། ཤུ་རིའི་བྱ་ལ་བྱེད་ཀྱིས་འདོད་ཆགས་དང་  
བྱལ་བའི་ཆོས་རྣམས་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཆོ། བདེན་བཞི་དང་རྣམ་ཐར་གསུམ་  
དང་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་དམིགས་པའམ་མངོན་དུ་བྱས་པའམ་བསྟོམ་  
པ་ཡོད་དམ། ཞེས་དྲིས་པ་ལ་ཤུ་རིའི་བྱས། འཇམ་དཔལ་དེ་ནི་མེད་དེ།  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་མ་སྟེས་པ། སྤང་དུ་མེད་པ། སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་པས།  
སྟོང་པས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་པ་ཐོས་ནས་  
དགོ་སྟོང་སུམ་སྟོང་ལེན་པ་མེད་པར་བཀའ་བ་རྣམས་ལས་སེམས་རྣམ་པར་  
གྲོལ་ལོ། ཞེས་དང་། ཡང་ཁོ་བོ་ནི་འཛིན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཟུངས་ཐོབ་  
པ་མ་ལགས་ཏེ། དྲིས་པ་སོ་སོའི་སྟེ་བོ་བདག་དང་ཆོས་སྣ་ཆོགས་སུ་འཛིན་  
པ་རྣམས་ནི་གཟུངས་ཐོབ་པ་ལགས་ཏེ། དེས་ན་ཁོ་བོ་ནི་རྟོགས་པ་བྱལ་བ་  
ཡིན་ཏེ། ཉན་རང་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་མི་མཁྱེན་པ་དེ་ཙམ་དུ་རྟོགས་པ་  
བྱལ་ལ། དྲིས་པ་རྣམས་ནི་མངོན་པར་ཆགས་ཤིང་རྟོག་པས་རྟོགས་པ་བྱལ་  
བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། ཁོ་བོས་ནི་གང་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་  
ཀྱང་མ་རྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་དགོངས་ཏེ་གཟུངས་པའི་སྟོན་ནས་དམིགས་མེད་  
ཀྱི་དོན་བཅའ་མོ་བསྟན་པ་ན། དགོ་སྟོང་ལྔ་བརྒྱས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གངས་འདི་མ་  
རྟོགས་ཏེ། སྤངས་ཤིང་འགལ་བར་བྱས་ནས་རང་གི་ལུས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སེམས་  
ཅན་དཔུལ་བ་ཆེན་པོར་ལྷུང་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ཤུ་རིའི་བྱའི་དགོ་སྟོང་ལྔ་



བརྒྱུ་པོ་དེ་དག་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་མ་རྟོགས་ནས་སྤངས་ཏེ་སེམས་ཅན་  
 དཔུལ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་ལྟར་བར་གྱུར་གྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་གནས་ཟབ་མོ་དག་  
 མ་སྟོན་བར་རྟོག་སྟེ་སྟོན་ཅིག་ཅིས་འཇམ་དབལ་ལ་སྦྱས་པ་དང་། འཇམ་  
 དབལ་གྱིས་སྦྱས་པ། ཁྱོད་མ་རྟོག་ཅིག་གང་དཔུལ་བར་འགྲོ་བའི་ཆོས་  
 དེ་ལྟ་བུ་འགའ་ཡང་དམིགས་སུ་མེད་དེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཞན་ཡང་སོ་སོར་རྟོག་སྟེ་སྟོན་ཅིག་ཟེར་བ་ནི། རིགས་ཀྱི་སྤུའམ་སྤུ་  
 མོ་གང་དག་བདག་དང་སེམས་ཅན་དུ་ལྟ་བ་བརྟེན་པ་གང་གིས་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱུ་དག་སྤྲོད་གི་དགོ་འདུན་དང་བཅས་པ་གསྐའི་སྤྲེའི་ཕྱི་མ་སྟེད་  
 ཅིག་ལ། རི་སྤྱིད་འཆོའི་བར་དུ་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྟེན་  
 བཀྱར་བྱས་པ་དང་། གང་གིས་ཆོས་ཟབ་མོ་ཤེས་པར་དགའ་བ། འཛིག་  
 རྟེན་ཐམས་ཅད་དང་མི་མཐུན་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཐོས་གིང་ཆོས་སྤྲོད་པ་དང་མཚན་  
 མེད་སྟོན་པ་མེད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཐོས་ནས་སྤངས་ཏེ་སེམས་ཅན་དཔུལ་བ་རྣམས་  
 སུ་ལྟར་བར་གྱུར་བ་ནི་ཆོས་སྤྱར་བར་གནས་དེ་ལས་ལྟར་བར་འགྱུར་གྱི།  
 དམིགས་པ་ཅན་སངས་རྒྱུ་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་  
 བཤད་པ་ལ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འཇམ་དབལ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་རི་  
 སྐད་སྦྱས་པ་དེ་བཞིན་ཏེ། ཐོས་པ་འདི་ནི་སངས་རྒྱུ་འབྱུང་བ་དང་འབྲེལ་  
 ཞེས་སོགས་བསྐྱགས་པ་མཛད་ཅིང་། གཞན་ཡང་ཤུ་རིའི་སྤྱ། དགོ་སྤྲོད་དེ་  
 དག་ཆོས་སྤྱར་བར་ལྟར་ཞིང་ཡོངས་སུ་སྤྲེའན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་གྱི། མི་

གཏི་མུག་ཅན་དམིགས་པའི་ལྟ་བ་དང་ལྟན་པ་ཐེ་ཚོམ་དུ་གྱུར་པ་གང་དག་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་མཚོན་པ་བྱེད་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་དེའི་ཡོངས་  
སུ་མུ་ངན་ལས་འདའ་བའི་རྒྱར་འགྱུར་གྱི་མུར་དུ་རྣམ་པར་ཐར་པར་ནི་མི་  
འགྱུར་རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། འདི་ལྟར་ཚོས་ཟབ་མོ་དག་མ་ཐོས་པའི་ཕྱིར་  
རོ་ཞེས་བཀའ་སྩལ་པ་ལྟར། ཟབ་མོ་འཁྱུ་འབྱིགས་ཅན་འཛིགས་པ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟ་བུའི་ཚོས་འདིས་བྱིས་པ་རྣམས་སྒྲག་པར་འགྱུར་ན་ཡང་ངེ་ལྟར་  
སྒྲན་རྩལ་མོ་མ་བྱིན་པར་ནད་མི་འབྱིན་པ་ལྟར་བསྒྲགས་དགོས་པར་འཇམ་  
དབལ་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟ་ནའང་ཚངས་བས་བྱིན་གྱིས་ཁྱས་པའི་མདོ་ལས། ལེགས་པར་གསུངས་  
པའི་ཚོས་ནི་སྟོན་པ་ན། སྤྲིག་པའི་སྟོང་ཡུལ་ཅན་དེ་མི་འཐད་འཛིན། །དད་  
མེད་ཚོས་ལ་སོམ་ཉི་བསྐྱེད་ནས་ནི། །བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་མང་པོར་སྟོན་པར་  
འགྱུར། །མ་དད་པ་ཡི་བསམ་བས་སྤྲིག་ཅན་འགྱུར། །སྟོ་སྤང་གང་གི་ཡིད་  
ཀྱང་བསྐྱང་མི་བྱེད། །སྟིང་པོ་ཅན་ཀུན་རྣམ་པར་སྤངས་ནས་ནི། །དད་པ་མེད་  
བས་སྤྲིགས་མ་འཛིན་པར་བྱེད། །འགྱིང་བར་བྱེད་ཅིང་རྟག་ཏུ་ཁེངས་པ་སྟེ། །  
མ་དད་དེ་ནི་གཞན་ལ་འདུད་མི་བྱེད། །ཅིས་དང་། དེ་དག་དད་མེད་རབ་ཏུ་  
བྱུང་ནས་ནི། །འདྲེན་པའི་བསྟན་ལ་དེ་དག་སྟན་ཡང་འབྱིན། །མཐུན་པ་གང་  
གིས་དགོ་འདུན་མཛོས་གྱུར་ཏེ། །དེ་དག་ཚོས་མིན་ཚོག་གིས་འགལ་བར་  
བྱེད། །རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་ལ་བྱི་མ་དེས། །མུ་སྟེགས་བྱེད་ལྟར་སོམ་ཉི་

ཐེ་ཚོམ་བཅས། །དེས་ནི་ཚོས་ལ་སྒྲགས་གཏོང་འགལ་བྱས་ནས། །དད་མེད་  
 དེས་ནི་ཚོས་ཀྱང་སྤྲོད་བར་བྱེད། །ཅིས་དང་། །འཕགས་པ་སྤོམ་པ་གསུམ་  
 བརྟན་པའི་མདོ་ལས། །དམ་ཚོས་མཐུ་ཆུང་བྱས་ནས་སྤྲ། །སྤྲིག་པ་ཅན་དག་  
 དཔུང་སྤྲེས་ནས། །ར་སྒྲས་བྲགས་ལས་སྤྲེས་པ་ཡི། །དགེ་སྤྲོད་དེ་དག་འདོར་  
 བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། །ཚོས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་མེད་པར་བརྟན་པའི་  
 མདོ་ལས། །སྤྲོད་ཉིད་ཚོས་དག་ཡོངས་སྤྲ་བརྗོད་བྱེད་ཅིང་། །ཚོད་ལ་དགའ་  
 ཞིང་འཐབ་པས་སྤང་བའི་སེམས། །སྤོམ་མེད་རན་སེམས་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ། །  
 སངས་རྒྱས་ཚོས་དང་བྱང་ཆུབ་ག་ལ་ཡོད། །ཅིས་དང་། །དགོངས་པ་ངེས་པར་  
 འགྲེལ་པའི་མདོ་ལས། །ཐེག་པ་ཆེ་དང་ཐེག་པ་དམན་པ་ལ། །རང་བཞིན་སྤྲ་  
 ཚོགས་ཚོས་རྣམས་གང་བརྟན་པ། །དེ་དག་ཉིད་ནི་ཚུལ་གཅིག་ཡང་བརྟན་  
 ཏེ། །དེ་བྱིར་ཐེག་པ་ཐ་དད་པ་མི་སྤྲ། །དོན་ལ་སྤྲ་བཞིན་རྣམ་པར་རྟོག་བྱེད་  
 པ། །སྤྲོ་བཏགས་བྱས་ཤིང་སྤྲུང་བ་བཏབ་བྱས་ནས། །དེ་དག་འགལ་བ་སྤོམ་  
 ཏུ་སེམས་པ་ན། །རྣམ་པར་ཚོངས་ནས་སྤོ་གོས་སྤྲ་ཚོགས་འགྱུར། །ཞེས་དང་།  
 ལུ་མོ་རིན་ཆེན་གྱིས་ཁྱེས་པ་ལས། །སྤྲོད་པའི་ཚོས་རྣམས་མང་བ་དེ་སྤྲོད་སྤྲ། །  
 །སྤྲོད་ཉིད་རི་བཞིན་དེ་ལ་གནས་པ་མིན། །ཚོས་ཉིད་ལས་ནི་གང་གིས་འགལ་  
 བྱས་པ། །དེ་ནི་ཟབ་མོའི་ཚུལ་ལ་བཟོད་པ་མིན། །ཞེས་དང་། །དེ་བྱིར་ར་རྒྱལ་  
 སྤངས་ཤིང་བོར་ནས་ནི། །ཚུལ་མིན་སྤངས་ཏེ་ཡེ་ཤེས་སྤྲོད་བར་གྱིས། །གང་  
 ཞིག་བདག་ཉིད་བརྒྱག་པར་མི་འདོད་པ། །དེས་ནི་མི་ཤེས་ཚོགས་རྣམས་སྤངས་

ནས་ཀྱང་། །མེ་ཡི་ཕུང་པོ་བཞིན་དུ་ཐུག་དོག་སྤྲོད་ས། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
བཀའ་འདི་དག་དངོས་སུ་བཞུགས་བཞིན་བ་དཔང་པོར་གྱུར་པའི་ཕུང་དང་།  
འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་བ་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལས།  
རང་རིག་རྟོག་གེ་སྒྲུལ་པོ་དང་། །མཐར་ཕྱུང་དབུ་མར་ཁས་ལེན་པ། །དེ་ནི་  
སེམས་ཉིད་རང་རིག་དང་། །བརྗོད་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི། །མི་མཐུན་  
བ་ཡི་སྤྱོད་ས་ཡིན་ཏེ། །དེ་བུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི། །རང་རིག་ཡེ་ཤེས་  
ཆེན་པོ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་དང་། །རྒྱལ་འཆལ་ཆར་གཙོད་  
པའི་མདོ་ལས། །དགེ་སྤྲོད་ཡིད་ལ་བྱེད་བ་ཆོས་སུ་སྟོན་བ་ན་ལྟ་རྒྱལ་ས་གྱིས་  
བསྟན་བ་རུབ་ཅེས་མི་དགའ་བར་བྱེད་ལ། །དམིགས་བ་མེད་པའི་ཆོས་བསྟན་  
ན་དགའ་ནས་ད་དུང་བསྟན་བ་གནས་ཞེས་བརྗོད་བ་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་  
སོ། །དེ་བཞིན་དུ་མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཞལ་སྤྲོད་ས། །དབུ་མ་རྩ་བར། །གལ་  
ཏེ་སྟོང་མིན་ཅུང་ཟད་ཡོད། །སྟོང་བའང་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་འགྱུར། །མི་སྟོང་  
ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །སྟོང་བའང་ཡོད་པར་གལ་འགྱུར། །རྒྱལ་བ་རྣམས་  
གྱིས་སྟོང་བ་ཉིད། །ལྟ་ཀུན་ངེས་པར་འབྱེན་པར་གསུངས། །གང་དག་སྟོང་  
བ་ཉིད་ལྟ་བ། །དེ་དག་བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་གསུངས། །ཞེས་དང་། །གང་དག་  
རང་དངོས་གཞན་དངོས་དང་། །དངོས་དང་དངོས་མེད་ཉིད་ལྟ་བ། །དེ་དག་  
སངས་རྒྱས་བསྟན་བ་ལ། །དེ་ཉིད་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བཅོམ་ལྷན་དངོས་  
དང་དངོས་མེད་པ། །མཁུན་པས་ཀ་ཏ་ཡ་ན་ཡི། །གདམས་ངག་ལས་ནི་ཡོད་

བ་དང་། མེད་བ་གཉིས་ཀ་དགག་པར་མཛད། ཅེས་དང་། ཡོད་ཅེས་བྱ་  
 བ་རྟག་པར་འཛིན། མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཆད་པར་ལྷ། རྟེན་མེད་ཡོད་དང་མེད་པ་  
 ལ། རྟེན་ལས་པས་གནས་པར་མི་བྱའོ། ཞེས་དང་། ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
 ཟད་པས་ཐར། ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟེན་ལས། རྟེན་དག་སྟོས་ལས་  
 སྟོས་པ་ནི། སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར། ཞེས་དང་། བརྟེན་པར་  
 བྱ་བ་ལྟོག་པ་སྟེ། སེམས་ཀྱི་སྟོད་ཡུལ་ལྟོག་པས་སོ། མ་སྟེས་པ་དང་མ་  
 འགག་པ། ཆོས་ཉིད་ཟུང་ན་འདས་དང་མཚུངས། ཐམས་ཅད་ཡང་དག་  
 ཡང་དག་མིན། ཡང་དག་ཡང་དག་མ་ཡིན་ཉིད། ཡང་དག་མིན་མིན་ཡང་  
 དག་མིན། རྟེན་སངས་རྒྱས་རྗེས་བསྟན་པའོ། གཞན་ལས་ཤེས་མིན་ནི་  
 བ་དང་། སྟོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་སྟོས་པ། རྣམ་རྟེན་མེད་དོན་ཐད་མེད། རྟེན་  
 རྟེན་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་དོ། ཞེས་དང་། སྟོང་ངོ་ཞེས་ཀྱང་མི་བརྟེན་དེ། མི་  
 སྟོང་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ་ཞིང་། གཉིས་དང་གཉིས་མིན་མི་བྱ་སྟེ། གཤགས་པའི་  
 དོན་དུ་བརྟེན་པར་བྱ། རྟག་དང་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཞི། ཞི་བ་འདི་ལ་ག་  
 ལ་ཡོད། མཐའ་དང་མཐའ་མེད་ལ་སོགས་བཞི། ཞི་བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། རྟེན་  
 ཅེས་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་དེ་ལ། སངས་རྒྱས་ཟུང་ན་འདས་ནས་  
 བྱི། ཡོད་དམ་ཞེས་མེད་དོ་ཞེས། བསམ་པ་འཐད་བ་ཉིད་མི་འགྱུར། ཞེས་དང་།  
 གང་དག་སངས་རྒྱས་སྟོས་འདས་ཤིང་། ཟད་པ་མེད་ལ་སྟོས་  
 བྱེད་པ། སྟོས་པས་ཉམས་པ་དེ་ཀུན་གྱིས། རྟེན་བཞིན་གཤེགས་པ་མཐོང་

མི་འགྱུར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རང་བཞིན་གང་། །དེ་ནི་འགྲོ་འདྲིའི་རང་  
བཞིན་ཡིན། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རང་བཞིན་མེད། །འགྲོ་བ་འདི་ཡང་རང་  
བཞིན་མེད། །ཅེས་དང་། །དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེར་ཞི་ཞིང་། །སྒྲོས་པ་  
ཉེར་ཞི་ཞི་བ་སྟེ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་གང་དུ་ཡང་། །སྲུ་ལ་ཚོས་འགའ་  
མ་བསྟན་ནོ། །ཞེས་དང་། །གང་གིས་ཐུགས་བརྩེས་ཉེར་བཟུང་ནས། །ལྟ་བ་  
ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་བྱིར། །དམ་པའི་ཚོས་ནི་སྟོན་མཛད་པ། །གོ་ཉི་དེ་ལ་  
ཐུག་འཚལ་ལོ། །ཞེས་དང་། །རིན་པོ་ཆའི་ཤེང་བ་ལས་ཀྱང་། །དེ་བྱིར་བདག་  
དང་བདག་མེད་པར། །ཡང་དག་ཇི་བཞིན་དམིགས་སུ་མེད། །བདག་དང་  
བདག་མེད་ལྟ་བ་དག །དེ་བྱིར་ཐུབ་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱོད་ག །མཐོང་དང་ཐོས་  
སོགས་ཐུབ་པ་ཡིས། །བདེན་མིན་རྒྱུན་པ་མིན་པར་གསུངས། །མི་མཐུན་  
ཐྱོགས་ལས་ཐྱོགས་གྱུར་ན། །དེ་ནི་གཉིས་ཀ་དོན་དུ་མིན། །དེ་ལྟས་དམ་པའི་  
དོན་དུ་ན། །འཛིག་རྟེན་འདི་ནི་བདེན་རྒྱུན་འདས། །དེ་ཉིད་བྱིར་ན་ཡང་དག་  
ཏུ། །ཡོད་ཅེས་མེད་ཅེས་ཞལ་མི་བཞེས། །གང་ཞིག་དེ་ལྟར་རྣམ་ཀུན་ཏུ། །  
ཡོད་མིན་དེ་ནི་ཀུན་མཁུན་གྱིས། །མཐའ་ཡོད་མཐའ་མེད་གཉིས་ཀ་དང་། །  
གཉིས་མ་ཡིན་ཞེས་ཇི་སྐད་བསྟན། །ཞེས་དང་། །སྤྱ་སྤྱུབ་ཞབས་ཀྱིས་སྒྲེ་མེད་  
རིན་པོ་ཆའི་མཛོད་ལས། །གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་སྒྲེ་མེད་ཀྱི། །གཞི་རྩ་བྱེད་མེད་  
སྒྲོ་ལས་འདས། །སེམས་མེད་སེམས་ལས་བྱུང་བའང་མེད། །བྱ་བུ་ལ་རེ་  
དོགས་རྒྱུན་ཐག་ཆད། །ཅེས་དང་། །ཅི་ཡང་མི་རྟོག་སྟོང་བ་སྟེ། །ཡིད་ལ་མི་

བྱེད་སྒྲེ་འཆི་མེད། ཅེས་དང་། གྲུབ་པ་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ། གཉིས་  
 དང་གསུམ་སོགས་ག་ལ་སྤྱིད། སྤྱང་སེམས་ཁས་ལེན་སྒྲོས་དང་བུལ། །  
 ཆོས་ཉིད་སྒོ་འདས་སྒྲོམ་དུ་མེད། ཅེས་དང་། དུག་རྒྱ་བཞི་གཏན་ལ་དབབ་  
 པ་ལས། ཀྱན་རྩྱའི་ག་པས་མ་བརྟག་པ། རབ་རྩ་མི་གནས་པ་ཡི་ཡིད། །  
 དན་པ་མེད་ཅིང་ཡིད་བྱེད་མིན། །དམིགས་པ་མེད་ལ་ཕྱག་འཆོལ་འདུད། །  
 ཅེས་གསུངས་ཤིང་། དཔལ་ལྷན་ལྷ་བས་ཆོག་གསལ་དུ། ཅི་འཕགས་པ་  
 རྣམས་ལ་རིགས་པ་མི་མངའ་འམ་ཞེན། ཡོད་པའམ་མེད་པ་འདི་སྒྲུས་སྒྲུས།  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དམ་པ་ནི་ཅང་མི་གསུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གང་  
 ལ་འཐད་པ་དང་འཐད་པ་མ་ཡིན་པ་མི་མངའ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་སྒྲོས་པ་  
 མངའ་བར་ག་ལ་འགྱུར། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་། གང་དག་སྟོང་ཉིད་  
 ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དེའི་དངོས་པོར་མངོན་ཞེན་གང་གིས་སྒྲོང་བར་འགྱུར།  
 ཞེས་དང་། འཇུག་པ་རང་འགྲེལ་ལས། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་བརྟན་པར་  
 འདོད་པས། དེ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དངོས་སུ་བརྟན་པར་མི་རྣམས་པས་ཉན་པར་འདོད་པའི་སེམས་  
 ལ་རང་གིས་སྒྲོང་བ་ཉིད་དུ་དེའི་རང་བཞིན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་དབེ་བཤད་  
 པ། རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྒྲུ་ཤད་ལ་སོགས་པའི། ཞེས་སོགས་གསུངས་ནས་  
 ལྷའི་བྱ་གལ་ཏེ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་སོགས་ཀྱི་ཡུང་དྲངས་ནས། རབ་  
 རྩ་སྒྲེས་པའི་དོན་བཤད་མི་རྣམས་སོ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །ཡང་གཞུང་

དེས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དངོས་དངོས་མེད་སྟོང་མི་སྟོང་། རང་དང་གཞན།  
རྟག་པ་དང་ཆད་པ། བདེན་མི་བདེན། རྟག་མི་རྟག་བདེ་སྟུག་གཙང་མི་  
གཙང་། བདག་བདག་མེད། སྟོང་མི་སྟོང་། མཚན་ཉིད་མཚོན་བྱ། གཅིག་  
ཐ་དད། སྐྱེ་འགག་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་དག་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
རང་གི་ངོ་བོ་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསམ་པ་ལ་འཕགས་པ་རྣམས་ཁོ་ན་ཚད་མ་ཡིན་གྱི་  
འཕགས་པ་མ་ཡིན་པ་དག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་དང་།  
ཡང་ཚིག་གསལ་ལས། མི་སྟོང་ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཐད་  
ཀྱི་འགྲེལ་པར། གཉེན་པོ་ལྟོས་པ་དང་བྲལ་བས། རྣམ་མཁའ་མེད་ཏེ་གཤི་ཐེང་  
བ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངེས་པར་བྱའོ་ཞེས་སོགས་  
དང་། དེ་ལ་གང་དག་འགྲོ་བའི་སྟོན་མེས་ངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྟན་འདས་རྣམས་  
ཀྱིས་བསྟན་པའི་རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་ལྷ་སྟེགས་པའི་གཞུང་དང་ཐུན་མོང་མིན་  
པ་དག་ཡིན་ན། བྱོད་བདེ་བར་གསེགས་པའི་གསུང་རབ་འཆད་པའི་སྐྱེ་ཐབས་  
ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་བར་རྩྭ་པ་ཡིན་པས་མཐོ་ངེས་དང་བྱང་གོལ་གྱི་ལམ་  
རྒྱན་གཙོད་པར་བྱེད་པ་ཞིག་གོ་ཞེས་སྒྲས་ན། ཀྱ་ཡེ་བྱོད་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
གྱུར་པས། བྱང་འདས་ཀྱི་ལམ་དྲང་བོ་བོར་ནས་དངོས་ཞེན་ཅན་བྱོད་དམ་  
པ་དག་གིས་སྒྲད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་ཞིན་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་ཞེན་པས་  
བཟུང་ནས། དེ་དག་ཉིད་ལ་སྟོང་པར་བྱེད་པ་ཞིག་སྟེ། ཀྱ་ཡེ་ཉོན་མོངས་



པའི་ནད་ཀྱན་གསོ་བར་མཛད་པ་སྤྲོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ནི། རྒྱལ་བ་རྣམས་  
 གྱིས་སྟོང་བ་ཉིད། །ལྟ་ཀྱན་ངེས་པར་འབྱིན་པར་གསུངས། །གང་དག་སྟོང་  
 བ་ཉིད་ལྟ་བ། །དེ་དག་བསྐྱབ་དུ་མེད་པར་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ། སྟོང་  
 ཉིད་ནི་ལྟ་བར་གྱུར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངོན་ཞེན་ངེས་པར་ལྷུང་བའམ་ལོག་  
 བ་ཡིན་ལ། ལྟ་བར་གྱུར་བ་རྣམས་ལོག་བཅའ་ནི་དངོས་པོ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་སོགས་དང་། འོད་སྤྲུང་ལྟ་བར་གྱུར་བ་ཐམས་ཅད་ལས་འབྱུང་བའི་སྟོང་  
 བ་ཉིད་ཡིན་ན། འོད་སྤྲུང་གང་སྟོང་བ་ཉིད་ཁོ་ནར་ལྟ་བ་དེ་ནི་གསོར་མི་རུང་  
 རོ་། །ཞེས་སོགས་ལུང་དྲངས་ནས་སྒྱུབ་པར་མཛད་དོ། །ཡང་གང་ཞིག་འདི་  
 ལྟར་ཁྱོད་ལ་ཟོང་ཅི་ཡང་མི་སྟེར་རོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་། གྱེ་བདག་ལ་ཅི་ཡང་  
 མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཟོང་དེ་ཉིད་བྱིན་ཅིག་སྒྲུས་ན། དེ་ལ་ཟོང་མེད་པར་འཛིན་  
 དུ་གཞུག་པར་ཐབས་གང་གིས་རུས། དེ་བཞིན་དུ་གང་དག་སྟོང་བ་ཉིད་  
 ལའང་མངོན་པར་ཞེན་བ་དེའི་དངོས་པོར་ཞེན་བ་དེ་གང་གིས་འགོག་པར་  
 འགྱུར་ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་གང་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱན་པའི་དོན་ཅན་  
 ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་མཁྱེན་པ་དེ་ལ། ཅི་ལས་འདིས་ནི་ཆོས་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་  
 ཉིད་དམ་མེད་པ་ཉིད་དུ་དམིགས་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།  
 དབུ་མ་སྟིང་པོ་ལས། དངོས་རྣམས་མེད་ཅེས་བྱ་བའི་སྟོ། །དོན་བཞིན་ཡིན་  
 བར་མི་འདོད་དེ། །རྟོག་པའི་སྟོ་ནས་བསྐྱབ་པའི་བྱིར། །ཐོ་ཡོར་ལ་ནི་མི་སྟོ་  
 བཞིན། །ཞེས་དང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་རྟོག་གི་འབར་བ་ལས། དངོས་

ཡོད་བཀག་པའི་མེད་དགག་ཀྱང་གནས་ལུགས་སུ་མི་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་གསལ་  
 བར་བཤད་ལ། དབུ་མར་སྒྲུབ་པའི་པཎ་གྲུབ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གདམས་ངག་  
 རྩོགས་གཅིག་བསྒྲུབ་པར་གྲགས་པ་སྒྲོབ་དཔོན་རྟ་བུའི་དབུ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་  
 སྒྲོན་མེར། སྒྲུབས་དེར་ཤེས་པ་ཅི་ལ་ཡང་མི་གནས། ཅིར་ཡང་མི་རྟོག་ ཅིར་  
 ཡང་མེམས་པ་མེད་པ། མཐའ་ཐམས་ཅད་ལ་མི་གནས་པ། ཤེས་པ་ཅིའི་ངོ་  
 བོར་ཡང་མ་སྒྲུབ་པ། ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པར་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། དབུ་  
 མ་བདེན་གཉིས་ལས། སྒྲེ་ལ་སོགས་པ་བཀག་པ་ཡང་། །ཡང་དག་པ་དང་  
 མཐུན་ཉིད་འདོད། །དགག་བྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས། །ཡང་དག་དུ་ན་བཀག་  
 མེད་གསལ། །ཡང་དག་ཉིད་དུ་གཉིས་མེད་དེ། །དེ་ནི་སྒྲོས་པ་མེད་པ་ཡིན། །  
 །འཇམ་དཔལ་གྱིས་ནི་ཡང་དག་དྲིས། །རྒྱལ་པའི་གསུང་པོ་མི་གསུང་བཞུགས། །  
 །ཞེས་དང་། མི་གསུངས་པ་ཉིད་རྒྱ་ཆེར་བཤད། །ཅིས། ཡི་ཙ་བི་དྲི་མེད་  
 གྲགས་པ་ལ་འཇམ་དཔལ་གྱིས་དྲིས་པ་ན། དེ་ཉིད་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 མི་གསུང་བར་བཞུགས་པས་དོན་གྱིས་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཚོག་གིས་སྒྲོས་པས་  
 རི་བཞེན་གཏན་ལ་འབེབས་མི་རུས་པར་བརྟན་པ་ལ། །འཇམ་དཔལ་གྱིས་  
 ལེགས་སོ་བྱིན་པ་རྩ་བུ་རྩེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་བདེན་མེད་དོ་ཞེས་དྲི་མེད་གྲགས་  
 པས་བརྗོད་མི་དགོངས་པ་ག་ལ་ཡིན། དབུ་མ་རྒྱན་ལས། ཡང་དག་དུ་ན་  
 སྒྲོས་པ་ཡི། །ཚོགས་རྣམས་ཀུན་ལས་དེ་གོ་ལ་ཡིན། །ཞེས་དང་། ཀམ་ལ་  
 ཤྱི་ལའི་དབུ་མ་སྒྲུང་བ་ལས། དེ་རྩྭ་སྒྲེབ་མེད་པ་འདི་ཡང་དོན་དམ་པ་དང་

མཐུན་པའི་ཕྱིར། རོན་དམ་པ་ཞེས་བྱའི་དངོས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་སུ་  
ནི་རོན་དམ་པ་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དང་།  
བཀའ་གདམས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཐོ་བོ་རྗེ་དང་མཐུན་དགོས་ན། ཐོ་བོ་རྗེའི་  
བདེན་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ལས། དམ་པའི་རོན་ནི་གཅིག་ཉིད་དེ། གཞན་  
དག་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འདོད། ཅིར་ཡང་མི་བྱུང་ཆོས་ཉིད་དེ། གཉིས་དང་  
གསུམ་སོགས་ག་ལ་འབྱུང་། །ཞེས་སྒྲོས་བྱལ་ཉག་གཅིག་རོན་དམ་པར་  
གསུངས་པ་དང་། ཡང་། བསྟན་པའི་ཆོག་གི་སྒྱུར་བ་ཡིས། སྒྲེ་མེད་འགག་  
མེད་སོགས་པས་མཆོན། རོན་དམ་ཐ་དད་མེད་ཚུལ་གྱིས། ཆོས་ཅན་མེད་  
ཅིང་ཆོས་ཉིད་མེད། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཐ་དད་ནི། རྩེད་ཟུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། རྟོགས་མེད་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་ལ། སྟོང་ཉིད་མཐོང་ཞེས་ཐ་སྟོང་  
བཏགས། ཞེས་དང་། ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད་ཞིབ། དངོས་དང་དངོས་མེད་རྣམ་  
པར་སྤང་། རྣམ་པར་རྟོག་མེད་དམིགས་པ་བྱལ། ཞེས་དང་། མངོན་སུམ་  
དང་ནི་རྗེས་སུ་དབག ཁངས་རྒྱས་པ་ཡིས་དེ་གཉིས་གཟུང་། གཉིས་པོས་  
སྟོང་ཉིད་རྟོགས་སོ་ཞེས། རྟོང་ལ་མཐོང་བའི་སྟོངས་པས་སྒྲ། ཞེས་སོགས་  
ནས། མངོན་སུམ་རྗེས་དབག་དགོས་པ་མེད། ལུ་སྟེགས་རྟོག་པ་བསྒྲེག་  
པའི་ཕྱིར། ལམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། ལུང་ལས་ཀྱང་ནི་གསལ་  
པོ་སྤྲ། རྟོག་བཅས་རྟོག་པ་མེད་པ་ཡི། ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱིས་མི་རྟོགས་ཞེས། །  
སྒྲོབ་དཔོན་ལམས་པས་སྟེ་བྱ་གསུངས། སྟོང་ཉིད་གང་གིས་རྟོགས་ཤིན། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ལུང་བསྟན་བཞིན། །ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་གཟིགས་  
པ་ཡི། །ཁྱུ་སྒྲུབ་སྟོབ་མ་རྒྱ་གསལ་ཡིན། །དེ་ལས་བརྒྱད་པའི་མན་ངག་གིས། །  
ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་འདི་རྣམས་  
ཀྱིས་ཚུད་ཡིག་ཏུ། ཤེར་མདོ་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ། དབུ་མ་རིགས་པའི་  
ཆོགས་རྣམས་སུའང་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་ཅིང་ཞེས་སྒྲུབ་པ་  
ལྟར། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ནི་སྟོས་མ་དགོས་ཀྱང་། ལུང་དེ་དག་རྣམས་སུ་སྟོས་  
བྲལ་ཉིད་བསྟོན་འདིར་དུ་མེད་ཅིང་འབྲེགས་བཤད་ཀྱིས་བསྒྱུར་དུ་མེད་པར་  
བསྟན་པ་འདི་བཞིན་ལགས་ན། བརྗོད་མེད་དང་སྟོས་བྲལ་ཟེར་བ་འདི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་དུས་ནས་ཡོད་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་པར་འདུག་སྟེ། ཏུ་ཤང་གིས་གསར་  
དུ་བསྟན་པ་མི་འདྲ་ལ་རྒྱ་པོད་ཀྱི་པཎ་གྲུབ་ཟམ་མ་ཆད་པའི་མན་ངག་ཡོད་  
པའི་བླ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་པ་ཡིན་པ་དང་། བ་  
ཆེད་ལོ་རྩེ་བ་སོགས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་བརྒྱད་པ་འཛིན་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་། རང་  
རང་གི་བླ་མ་བརྟེན་ལ་གཏུགས་ནས་ལུས་དུས། ཅི་མ་དགོངས་ཀྱང་དབུ་  
མའི་སྟོམ་སྟོས་བྲལ་དང་སྟོས་བཅས་ཀྱི་འཛིག་མཚམས་གང་ཡིན་ཅམ་མི་  
དགོངས་མི་སྲིད་པས། སྟོས་བྲལ་ཁས་ལེན་པ་ལ་ཐན་དུ་ལྟ་ཆེས་ན། རྟོན་  
པ་སུ་ཡིན་ཡང་བརྟག་དགོས་པར་མདོན་ནོ། །

རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་རེད་མདའ་བར་སྤུལ་བའི་ཤོག་དྲིལ་དུ། ཐལ་འགྱུར་བའི་  
འཕགས་པ་རྣམས་མཉམ་བཞག་ན།ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་མེད་པའི་རྣམ་གྲངས་

མིན་པའི་དོན་དམ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ནས། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་རྟེན་འབྲེལ་  
གཟུགས་བརྟན་ཏུ་བྱུང་མ་གངས་པའི་དོན་དམ་བདེན་པ་འགོག་མེད་ཏུ་འཆར་  
བར་གསུངས་པས་རྣམ་གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་སྒྲོས་བྲལ་མཚན་ཉིད་པ་  
འཕགས་པའི་སྒྲིད་ཡུལ་ཏུ་གསུངས་པས་སྒྲོས་བྲལ་ཉིད་གནས་ལུགས་མཐར་  
ཐུག་ཏུ་བཞེད་པར་གསལ་ཡོ། །ཡང་ཁོང་གིས་རྒྱུད་སྡེ་ལོག་མ་གསུམ་ཏུ་ཡང་  
མཚན་མེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་མཚོག་ཏུ་གསུངས་ཞེས་སྒྲུས་པ་བདེན་ཏེ། རྣམ་  
པར་སྣང་མཛད་མཛོན་པར་བྱང་རྒྱུ་པ་ལས། གསང་བ་བའི་བདག་པོ་བྱང་  
རྒྱུ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ནི། རང་གི་སེམས་ལས་ཡོངས་སུ་བཅུལ་  
བར་བྱའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། སེམས་དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོངས་སུ་དག་  
པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ནང་ན་མེད། ཕྱི་རོལ་ན་མེད། གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཡང་མི་  
དམིགས་སོ། །ཞེས་དང་། སེམས་དེ་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་རྣམས་ཀྱིས་  
མ་གཟིགས་གཟིགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོན་པོར་མ་ཡིན། སེར་པོ་མ་ཡིན་  
སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཤིང་། འདི་ནི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ཆོས་སྣང་བའི་  
སྒྲོ་སྟེ། གང་ལ་གནས་ན་ཆོགས་རྒྱུད་ཅུས་སྒྲིབ་པ་ཀུན་སྒྲོང་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
ཐོབ་སྟེ་སངས་རྒྱུས་དང་འགོགས་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པ་འཐོབ་པར་  
གསུངས། ཡང་། གང་དག་སྒྲོང་ཉིད་མི་ཤེས་པ། །དེ་དག་ལྷ་རན་འདས་མི་  
ཤེས། །དེ་ཕྱིར་དངོས་དང་དངོས་མེད་པ། །འཛིག་པས་སྒྲོང་ཉིད་ཤེས་པར་  
བྱ། །ཞེས་དང་། འདི་ནི་ཕྱང་པོ་ཅམ་ཉིད་དེ། །བདག་ནི་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་

ཡིན། །ཞེས་སོགས་དང་། གང་དུ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་བའི། །རྟོག་པ་  
 ཐམས་ཅད་སྤོང་བ་དང་། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལས་བྱུང་བའི། །སྦྱོས་པ་ཐམས་  
 ཅད་འགག་འགྱུར་བའི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་དེ། །རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྤོང་བ་ཡིན། །གང་  
 གིས་དེ་རྟོགས་འདོད་པ་དེས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་  
 དང་། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་རྩ་བའི་རྟོགས་པ་ལས། །ཚོས་གཅིག་ལ་  
 ཡང་དག་པར་བསམ་ན། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་  
 རྣམས་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། གཅིག་པོ་གང་ཞེན། འདི་ལྟ་སྟེ། །ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་སྦྱོས་པ་མེད་པའི་རྣམ་པར་རྗེས་སུ་མཐོང་བའོ། །ཞེས་དང་། རྟོ་རྟེ་རྩ་མོ་  
 ལས། །ཡོད་པའང་མ་ཡིན་མེད་པའང་མིན། །དངོས་པོ་མ་ཡིན་དངོས་མེད་  
 མིན། །བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་རྗོད་བྱེད་མིན། །དག་པ་ལྟ་ངན་འདས་ཉིད་ཡིན། །  
 །ཞེས་སོགས་མདོར་ན་རྒྱུད་སྟེ་འོག་མ་གསུམ་ན་སྦྱོས་བྲལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་འབའ་  
 ཞིག་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འབྲི་བར་མ་འོངས་ཀྱང་འདིས་མཚོན་ནས་གཤམ་  
 བར་བྱ་ལ། །ཡང་ཁོང་གིས་རྣལ་འབྱོར་སྤྲམ་མེད་གྱི་རྒྱུད་འདུས་པ་དང་། །བདེ་  
 མཚོག་སོགས་ལས་བསྟན་ཞེས་སྦྱོས་པ་ཡང་གིན་ཏུ་བདེན་ཏེ། །གསང་བ་  
 འདུས་པ་ལས། །དངོས་པོ་མེད་ལ་སྦྱོམ་པ་མེད། །བསྦྱོམ་པ་བསྦྱོམ་པ་མ་ཡིན་  
 ཉིད། །དེ་ལྟར་དངོས་པོ་དངོས་མེད་དེ། །བསྦྱོམ་པ་དམིགས་སུ་མེད་པའོ། །  
 །ཞེས་དང་། །བདེ་མཚོག་ཁྱུང་དུའི་རྒྱུད་དུ། །མོས་པ་དུ་མའི་སེམས་ཅན་ལ། །

སྤྱོད་པ་སྣ་ཚོགས་སྟོན་མཛད་དེ། །སྣ་ཚོགས་ཚུལ་གྱིས་གདུལ་བྱ་བ། །ཐབས་  
 བྱི་སྣ་ཚོགས་སྟོན་པ་ཡིན། །ཟབ་མེད་ཚོས་ནི་སྟོན་པ་ལ། །གལ་ཏེ་མོས་པར་  
 མ་གྱུར་ཀྱང་། །སྤྱོད་པ་དག་ཏུ་མི་བྱ་སྟེ། །ཚོས་ཉིད་བསམ་མི་བྱུང་བྱ་བ། །  
 གང་གིས་འདི་བདག་ཡུལ་མིན་པ། །གང་གིས་ཚོས་ཉིད་མི་ཤེས་ཡིན། །  
 རྟོགས་སངས་རྒྱས་དང་དེའི་སྒྲུབ་ནི། །བདག་ཉིད་ཆོག་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མཐུན། །  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་བྱུང་གྱུར་ཏམ། །མ་བྱུང་ན་ཡང་རྣམ་ཀྱན་ཏུ། །བསམ་  
 མི་བྱུང་པའི་ཚོས་ཉིད་ནི། །འཕེལ་འགྲིབ་སྤངས་བས་གནས་པ་ཡིན། །ཞེས་  
 གསུངས་པའང་བྱན་པར་བྱ་ཞིང་། །བདེ་མཆོག་འབྱུང་བའི་རྒྱུད་ལས། །ཤེས་  
 པོ་མིན་ཕྱིར་བདག་ཉིད་རིག་མི་ཤེས་རྣམ་པར་མི་མཐོང་བས། །གཟུགས་  
 མེད་གང་དུ་མི་གནས་ཤིང་། །འགྱུར་བ་མེད་ཕྱིར་བརྟན་པའོ། །ཞེས་དང་།  
 སྟོམ་པ་བྱུང་ཆུབ་བདེ་མཆོག་སྟེ། །བཏུར་མེད་བརྗོད་དུ་མེད་པའོ། །ཞེས་  
 དང་། སྟོམ་པ་དངོས་མེད་རང་བཞིན་ཏེ། །དངོས་མེད་སྟོས་དང་བྲལ་བའོ། །  
 རང་རིག་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ལས། །སྟོམ་པའང་བསྟོམ་དུ་མེད་པའོ། །ཞེས་  
 དང་། བག་མོ་མངོན་འབྱུང་ལས། །གཟུང་བ་ཡུལ་མེད་བསྟོམ་པའི་མཆོག་།  
 ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་བྱ། །འཛིན་པའི་སེམས་མེད་བསྟོམ་པའི་  
 མཆོག་། །གང་ཟག་བདག་མེད་རྟོགས་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། སམ་ཐ་ལས།  
 སྟོང་མིན་སྟོང་པ་མིན་པའང་མིན། །དཔུ་མར་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །  
 ཤེས་རབ་ལ་རོལ་བྱིན་སྦྱར་ན། །ཐབས་ནི་སྟོང་རྗེའི་བདག་ཉིད་དེ། །ཞེས་

དང་། རྣམ་རྟོག་གཉི་ལྔ་ཀ་ཆེན་པོ་སྟེ། །འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོར་ལྷུང་བྱེད་ཡིན། །  
 མི་རྟོག་ཉིང་འཛིན་ལ་གནས་པ། །མཁའ་བཞིན་དྲི་མ་མེད་པར་འགྱུར། །  
 ཞེས་དང་། རོན་དམ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་མིན། །ཞེས་དང་། དཔལ་ཡེ་ཤེས་  
 ཐེང་བའི་རྒྱུད་ལས། དངོས་པོ་སྒྲོམ་པ་བསྒྲོམ་པ་མིན། །དངོས་མེད་སྒྲོམ་པ་  
 བསྒྲོམ་པ་མིན། །དངོས་དང་དངོས་མེད་རོམ་ཉམ་ན། །མ་སྒྲོམ་ན་ཡང་བསྒྲོམ་  
 པ་ཉིད། །ཅིས་དང་། དཔལ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་པོའི་རྒྱུད་ལས། རང་རིག་གཉིས་  
 རྒྱ་མེད་པ་ལ། །གཞན་རིག་གཉིས་རྒྱ་འཛིན་པས་འབྱུལ། །ཞེས་དང་།  
 མཁའ་འགོ་མ་གསང་བ་འབར་བའི་རྒྱུད་ལས། །སེམས་ཀྱི་དེ་ཉིད་སྟོང་བའི་  
 རོ། །དེ་ཉིད་མཁའ་འགོ་བཞི་བ་སྟེ། །ཤེས་བརྟོན་ཀྱུ་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ཆད་མེད་ཀྱང་སྤྲུགས་ཀྱི་དོན་ཟབ་མོ་རྣམས་བརྟོན་  
 པའི་སྐབས་མིན་མོད། །མཚན་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བསྟན་ཚུལ་ཅམ་ཞིག་སྒྲོས་  
 པ་འདིས་མཚོན་ནས་སྤྲུགས་ཕྱིན་གྱི་རྒྱུད་སྟེ་མཐའ་དག་ན་མཚན་མེད་ཀྱི་  
 རྣལ་འབྱོར་བསྟན་ཆད་མི་རྟོག་པ་དང་སྒྲོས་པ་མེད་པ་འབའ་ཞིག་བསྟན་ཀྱི།  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་སྒྲོས་པ་བཅས་ཀྱི་མཚན་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བསྟན་པའི་  
 ཚིག་གཅིག་ཀྱང་གསུངས་པ་མེད་པས་ཁྱེད་ཀྱི་འདོད་པ་སྦྱབ་བྱེད་དང་གཞོན་  
 བྱེད་གང་དུ་འགྱུར་ཆམེད་པར་སྦྱིབ་རྟོལ་བསྦྱེད་དེ་རྒྱས་གང་མཁའ་པོ་ཆེ་བསྒྲུགས་  
 པ་རྒྱས་མེད་ཀྱི་རང་མཚང་ལྟ་བུར་སོང་འདུག་གི་སྦྱོན་བརྟོན་འདོད་ཀྱིས་ཚིག་  
 རོན་ཅམ་སྒྲུས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྒྱུད་དོན་གཟིགས་པའི་དམ་པ་



ནམས་ཀྱི་གསུངས་ལས་ཀྱང་འདི་སྐད་དུ། རྡོ་རྗེ་སྤྱིང་འབྲེལ་ལས། ཀོ་ཏ་པ་  
ཡི་ས་པོན་ལས། །སྤྱི་ལཱ་འབྲེལ་འབྲེལ་བ་མེད། །ནམ་རྟོག་ས་པོན་ལས་  
བྱུང་བའི། །འབྲས་བུ་ནམ་རྟོག་བཅས་པར་འབྱུར། །ནམ་པར་མི་རྟོག་ལས་  
སྐྱེས་པའི། །འབྲས་བུ་ནམ་པར་མི་རྟོག་འབྱུར། །ཞེས་དང་། དཔལ་སར་  
ཏའི་སྤྱི་མཛོད་འཆི་མེད་རྡོ་རྗེའི་སྤྱི་ལས། ཡིད་ལ་བྱ་དང་མི་བྱ་སྤྱད་འདོགས་  
ཀྱང་། །སྤྱོད་འདས་འདི་ལ་བཅའ་དུ་ཡོད་རེ་ཀམ། །ཞེས་དང་། རྡོ་རྗེ་ལྷ་བུ་  
རྟོགས་དཀའ་ཁོ་ན་ཉིད། །མ་ཤེས་ཅོལ་བས་སྐྱེ་བྱུང་འབྲས་སེམས་ཀྱིས། །  
བྱ་བ་མེད་པའི་དོན་དང་འཕྲད་པར་དཀའ། །ཞེས་དང་། དཔལ་སར་ཏའི་  
ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་ཅེས་པའི་དོ་རྟམ་མོད་ལས། རི་ལྷ་ར་ནགས་ན་མེད་  
གའི་ང་རོ་ཡིས། །རི་དྲགས་ཕྱ་མོ་ཐམས་ཅད་སྐྱག་གྱུར་ཀྱང་། །མེད་ཕུག་  
ནམས་ནི་དགའ་བས་རྒྱག་པ་ལྟར། །གདོད་ནས་མ་སྐྱེས་བདེ་ཆེན་འདི་བརྟན་  
པས། །སྤྱོད་ས་པ་ལོག་རྟོག་ཅན་ནམས་སྐྱག་གྱུར་ཀྱང་། །སྐལ་ལྷན་རབ་རྒྱ་  
དགའ་བས་སྐྱེ་བྱེད་བྱེད། །ཅེས་དང་། བརྒྱ་པའི་དོ་རྟམ་ས། །སྤྱོད་པ་ཉིད་  
དང་སྐྱེ་མེད་སྤྱོད་ལས་འདས་པ་དང་། །མཐའ་བྲལ་ལ་སོགས་གང་ཡང་ཡིད་  
ལ་བྱེད་པ་ན། །གནས་ལུགས་དོན་ལ་མི་གནས་ཤིན་ཏུ་ཡེངས་པའོ། །སྤྱོད་  
དང་མི་སྤྱོད་ཅིས་མེད་ལྷག་པའི་ངང་ལ་ཞོག ཅེས་དང་། སྤྱོད་དཔོན་སྐྱེག་  
པའི་དོ་རྡོའི་སྤྱགས་དོན་རབ་འབྱེད་ལས། དེ་བྱིར་ཆོས་ནམས་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱང་  
བ་ཀྱུན། །ནམ་པར་བཞག་རྒྱ་རུང་བ་གང་མ་མཐོང་། །གང་མ་མཐོང་བས་

གང་ཡང་མི་ཞེན་ཅིང་། །མི་རྒྱུ་བ་མི་འདོར་སློ་ཡི་ཆོས་དང་བྲལ། །མཉམ་ཉིད་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་དེ་ལ་བརྟེན། །ཅེས་དང་། །སློབ་དཔོན་གཉིས་མེད་རྟོ་  
རྗེའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བརྒྱུ་བ་ལས། །དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་ཤེས་འདོད་བས། །རྣམ་  
བཅས་མ་ཡིན་རྣམ་མེད་མིན། །སྒྲ་མའི་དག་གིས་མ་བརྒྱན་པའི། །དབུ་མའང་  
འབྲིང་པོ་ཅམ་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པས་འཕགས་ཡུལ་པའི་རིག་འཛིན་  
གྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྟོ་རྗེའི་གསུང་རྣམས་ཀྱང་དཔང་པོར་བཞུགས་བཞིན་པ་  
ལགས་པས། །གོང་དུ་གསུང་རྣམས་ལུང་དངས་པའི་བཅ་གྲུབ་དེ་སྟེད་དང་  
བོད་སྤྱ་རབས་པའི་མཁས་གྲུབ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་ལུགས་དང་མ་མཐུན་ན། །རྒྱ་  
མིན་བོད་མིན་པེ་ཤུ་ཅིའི་གདམས་དག་ལོངས་ལ་སྒྲུབ་པ་སྟོང་པོར་མཛོད་ཅེས་  
ཉིད་ཀྱིས་གདམས་པ་དེ་ལྟར་འགྱུར་དོགས་སོ། །ཁྱི་ཀར། །སྤར་མེད་པ་ཉིད་  
གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ཏུ་མི་བཞེད་དེ་ཞེས་དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་ལུང་གིས་སྒྲུབ་  
པ་ལྟར་ལུང་དེས་མཐར་བཞི་བྲལ་བ་སྟོན་དགོས་པས། །དེ་ལྟ་ན་རང་རྒྱུད་  
པའི་གཞུང་དུ་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ཉིད་སྟོན་ཟེར་བ་སྟན་སྐྱུང་དོ་ཟེར་བ་  
ནི། །ཐལ་རང་གི་གཞུང་དུ་དོན་དམ་གཉིས་པོ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་སྟོས་བྲལ་  
གྱི་དོན་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱི་འཆད་ཚུལ་ཅམ་ལས་མཐར་ཐུག་སྟོས་བྲལ་ཉིད་  
དུ་དགོངས་པ་གཅིག་པར་འདོད་པས་སྟོན་འདི་མི་འཇུག་སྟེ། །ཚུལ་གསུམ་  
གྱི་གཏན་ཆོགས་རང་རྒྱུད་དུ་འགོད་མི་འགོད་གྱི་སྟོན་ནས་རྩ་ཤེས་གྱི་དགོངས་  
པ་འགྲེལ་ཚུལ་ལ། །ཆོག་གསལ་ལས་ཕྱོགས་སྤྱ་བཀོད་པ་དང་ལན་བསྟན་

པས་ཤེས་ཏེ། གཞུང་དེ་ལས་དབྱེ་མ་པ་ཡིན་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྗེས་སྲུང་པག་  
 པར་བྱ་བ་རིགས་པ་འང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུགས་གཞན་ཁས་སྤངས་པ་མེད་པའི་  
 རྒྱུར་རོ་ཞེས། ང་ལ་ཁས་ལེན་མེད་པས་ན། །ཞེས་སོགས་ལུང་དྲངས་པ་འདི་  
 ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་ཅུལ་དུ་བཏོན་ནས་སྤྱབ་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ། རྣམ་གྲངས་  
 པའི་བདེན་མེད་ཅི་མ་སྤྱབ་པའི་ཁས་ལེན་ཡོད་ན་ཚུལ་གསུམ་གྱི་གཏན་ཚིགས་  
 རང་རྒྱུད་པའི་རྗེས་དཔག་མི་རིགས་པའི་སྒྲིན་ཅི་ཡང་མི་འཇུག་གོ། །ཡང་ཁྱེད་  
 ཅག་གིས་བདག་མེད་པར་བརྟུང་ན་མེད་མཐའ་དང་། ཡོད་པར་བརྟུང་ན་  
 ཡོད་མཐར་ལྟར་བར་བཤད་པས་དེ་ལྟ་ན་གཉིས་ཀ་མིན་པར་བརྟུང་ན་གཉིས་  
 མིན་མཐར་ལྟར་བའི་ཕྱིར། དེའི་ཕྱིར་གང་དུ་འཛིན་པ་མེད་པ་ཉ་ཤར་མ་རྒྱ་  
 ཡ་ནའི་རྗེས་སྲུང་བ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་དེ། ལྷམ་ལུས་པ་བཤོ་སྐལ་དུ་ཐོབ་  
 པའི་ཕྱིར་ལེ་ལན་པ་དལ་བའང་མེད་དོ། །ཞེས་དང་། ཤེར་འབྱུང་གིས། དེ་  
 ལྟ་ན་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུག་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་  
 པའི་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ་  
 ཞེས་ཟེར། དེ་ཡང་མཐའ་ཁེགས་ཚུལ་ལ་སྤྱར་གསལ་དུ་མར་སྣང་སྟེ། འདུས་  
 བྱས་རྣམས་སྐད་ཅིག་གིས་འགགས་པས་རྟག་པ་མིན་པ་དང་། རྒྱ་ལས་འབྲས་  
 བུ་སྟེ་བས་ཆད་པ་མིན་པས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་ཤེས་པས་ཕྱི་རོལ་པས་འདོད་  
 པའི་རྟག་ཆད་རགས་པ་འཕོག་ཚུལ་ཞིག་དང་། ཡང་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་དགག་  
 ཏུ་འདོད་ན། དབྱས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་ལས། ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀུན་རྟོག་

ཡོད། །དེ་ལ་གཉིས་པོ་ཡོད་མ་ཡིན། །སྟོང་པ་ཉིད་ནི་འདི་ལ་ཡོད། །དེ་ལ་  
 ཡང་ནི་དེ་ཡོད་དོ། །སྟོང་པ་མ་ཡིན་མི་སྟོང་མིན། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ཐམས་ཅད་  
 བཤད། །ཡོད་པས་མེད་པས་ཡོད་པས་ན། །དེ་ནི་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཞན་དབང་རྫས་སུ་ཡོད་པས་མེད་པ་མིན་པ་དང་།  
 དེ་ལ་གཞུང་འཛིན་གཉིས་པོ་མེད་པས་ཡོད་པ་མིན་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་མེད་  
 དང་སྟོང་མི་སྟོང་གི་མཐར་མ་ལྟར་བས་དབུ་མའི་ལམ་དུ་བཞེད་པ་ལྟ་བུ་དང་།  
 ཡང་རྣམ་གངས་པའི་དོན་དམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། བདེན་གྲུབ་མེད་པ་དང་།  
 ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པས་མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་དབུ་མར་བཞེད་པ་རྣམས་  
 ཏྲག་ཆད་གྱི་མཐའ་ལྟ་བུ་འགོག་ཚུལ་ལ་རྗེ་ཟབ་ཏུ་སྤོང་བས་ལྷགས་གསུམ་  
 པོ་དེ་ལ་དེས་སོ་སོའི་ངོས་སྒྲུལ་གྱི་ཏྲག་ཆད་གྱི་མཐའ་མི་སེལ་ཞེས་རྣམ་པ་ཀུན་  
 ཏུ་མི་བརྟོག་མོད། འོན་ཀྱང་བདེན་མེད་དང་ཐ་སྙད་གྱི་སྤྱང་བ་ཟུང་དུ་སྦྱར་  
 བས་མཐའ་གཉིས་སེལ་ཚུལ་འདི་རྗེས་ཐོབ་ཤེས་བྱ་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་དབྱེད་ནས་ཁས་ལེན་དང་བཅས་པས། སྦྱོས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཞིང་།  
 དེའི་ངོར་བདག་ཡོད་པ་མིན་མེད་པ་མིན་ཞེས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྦྱ་སྟེ་བདག་  
 མེད་པ་འབང་ཞིག་ཏུ་སྦྱོའོ། །དེ་ལྟར་སྦྱས་ཀྱང་བདག་མེད་ཅེས་པ་དེ་ཡང་  
 དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གཏོགས་པ་སྟེ། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན་དུ་  
 སྤྱང་བ་ཅུང་མོ། །གནས་ལྷགས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་མཐར་ཐུག་རྣམ་  
 གངས་མ་ཡིན་པ་མཉམ་བཞག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྦྱོད་ཡུལ་

ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མཐར་ཐུག་དགོད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་དབྱེད་ན། བདག་  
 ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་རྟོག་པས་བདག་པ་ཅམ་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་གྲུབ་  
 བར་མཆུངས་པའི་བྱིར། གཉིས་ཀ་མགོ་མཉམ་དུ་དམིགས་སུ་མེད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། མགོན་པོ་བྱམས་པས། བདག་དང་བདག་མེད་སྒྲོས་པ་དག །ཉི་  
 བར་ཞི་བྱིར་དམ་པའི་བདག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲོས་པ་ཞི་བའི་དབང་  
 ཏུ་བྱས་ན་བདག་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁས་ལེན་གང་ཡང་མེད་པས་ལུགས་དེས་གཉིས་  
 ཀ་མིན་པར་བརྟུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བརྒྱལ་དུ་མེད་དེ་དམིགས་པ་མེད་པ་  
 ལ། མཐའ་བཞིའི་འཛིན་སྟངས་གང་ཡང་མེད་པར་འདོད་པའི་བྱིར་ཚུལ་དེས་  
 མཐར་འཛིན་ཐུབ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཆར་གཅོད་རྒྱས་སོ། །དེ་ལྟར་ཡང་འཕགས་  
 པ་ལྟས། ཡོད་མིན་མེད་མིན་ཡོད་མེད་མིན། །གཉིས་ཀའི་བདག་ཉིད་ཀྱང་  
 མིན་པས། །མཐའ་བཞི་ལས་གྲོལ་དབུ་མ་པ། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཁོ་  
 བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདི་བཞིན་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་ཡང་  
 ཡང་གསུངས་པ་ལ་རང་གཞན་སུས་ཀྱང་འཆད་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པས། །ཁས་  
 ལེན་ཅན་དག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཟུང་བར་སྦྱར་ཏེ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ཐ་སྟོད་དུ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་འདོད་དགོས་ལ། བཤད་མ་ཐག་པ་  
 ལྟར་གྱི་ཡོད་མེད་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཀྱི་གཉིས་ཀ་མིན་  
 བར་ཁས་ལེན་མི་རིགས་ཤིང་། གཉིས་ཀ་མིན་པ་མ་ཡིན་པའང་ཁས་ལེན་མི་  
 རིགས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་མཐའ་བཞིའི་བྱི་མ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་ཁས་ལེན་

ནམ་ཡང་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བདེན་ཡོད་དང་ཐ་སྙད་དུ་མེད་པ་  
གཉིས་ཀ་མིན་ཞེས་སྒྲ་མའི་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ལ་མི་སྒྲེགས་པ་བབ་ཅོལ་དུ་  
བཤད་ན་དོན་སྒྲ་མ་དང་སྒྲོས་པ་ལས་གོ་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། དེ་ལྟར་ན་གཉིས་  
ཀ་མིན་པ་མིན་ཞེས་ངེ་ལྟར་སྒྱུར། སྤྱི་བཞིའི་སྒྲ་མ་གཉིས་ལ་བྱད་པར་སྒྱུར་  
ནས་བྱི་མ་གཉིས་ལ་མི་སྒྱུར་བར་ཡོད་མེད་གཉིས་ཡིན་དང་གཉིས་མིན་གྱང་  
མིན་ཞེས་གཞི་གཅིག་ལ་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་མི་སྲིད་ལ།  
གཉིས་ཀ་མིན་པའང་ཐ་སྙད་དུ་མེད་པའི་བྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་ན། འདིར་ཡོད་  
མེད་ཅེས་པའི་དོན་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་མེད་དང་། དོན་དམ་དུ་ཡོད་མེད་གང་  
ལ་བྱེད། དང་པོ་ལྟར་ན་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའང་ཡིན་ལ་མེད་པའང་ཡིན་པའི་  
གཉིས་ཡིན་གྱི་སྤྱི་མི་སྲིད་མོད། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། ཐ་སྙད་དུ་  
ཡོད་པ་མིན་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་མེད་པ་མིན་པ་གཉིས་ཀ་མིན་དགོས་པས་  
བྱུང་ན། གཉིས་ཀ་མིན་ཞེས་དགག་སྒྲ་བརྟེན་པས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་  
སྒྲུབ་པར་སོང་བས་དེ་འདྲའི་ལས་ལེན་ནི་ནམ་ཡང་མི་སྲིད་དོ། །གལ་ཏེ་གཉིས་  
ཀ་མིན་པ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཤིག་ཡོད་པ་མིན་ཞེས་འབྲུ་བསྒྲན་  
ཏེ་མེད་དགག་གི་དོན་དུ་བཤད་པས་ཆོག་གོ་སྒྲུམ་ན། བྱིད་ཅག་བསུས་གྲུའི་  
ཡིན་ལོག་མིན་ལོག་གི་འཆད་རྒྱུ་ཁོ་ནས། ཐ་སྙད་ཀུན་ལས་འདས་པའི་  
ཆོས་ཉིད་གྱང་འཇལ་དགོས་ཞེས་གཞན་ལ་སུན་འབྱིན་གྱི་ངོ་རྒྱོག་པ་པོ་  
ཡིན་ན། རང་ཉིད་དེའི་ལམ་ལས་འདས་ཏེ་སྒྲུབ་པ་བཞད་གང་གི་རྒྱུར་འགྱུར་

རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་སྐྱེ་མ་འདི་གཉིས་དོན་དམ་དུ་ཡོད་མེད་  
ལ་བྱེད་ན། དོན་དམ་དུ་མེད་པར་སྐྱ་དང་པོར་བཤད་ཟེན་པའི་ཕྱིར་སྐྱར་ཡང་  
དེའི་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་མིན་པར་སྐྱབ་མི་དགོས་ལ། གལ་ཏེ་བསྐྱབ་ཀྱང་དེ་  
མ་ཐག་དུ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་མིན་པའང་མིན་ཞེས་ཁས་ལེན་སྐྱ་མ་སྐྱན་ཕྱུང་  
པའི་ཆོག་སྐྱ་ཞིག་གིས་སྐྱ་བར་རིགས། གཞན་ཡང་ཆོས་གཅིག་ལ་ཆོས་གཞན་  
ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐྱ་དབྱུང་ན་ཁྱད་གཞི་དེ་ལ་ཁྱད་ཆོས་སྐྱ་བསྐྱབ་པར་རུང་བ་ཐམས་  
ཅད་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་བསྐྱབ་དུ་མི་རུང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མེད་པའི་ཐ་  
སྟོད་རུང་བས། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡོད་མེད་གཉིས་ཡིན་དུ་ཁས་ལེན་པ་སོགས་  
ཆོག་གི་སྒྲིམ་པ་དེ་འདྲ་བས་ཟབ་དོན་དཔྱད་པ་ལ་ཅི་ཡང་མི་ཡན་ནོ། །དེའི་  
ཕྱིར་ཁས་ལེན་མེད་ཅིང་སྒྲིམ་པ་ཉི་བར་ཞི་བ་ལ། ཡོད་མེད་དང་གཉིས་ཡིན་  
གཉིས་མིན་གྱི་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟོད་བཞི་པོའི་ཁས་ལེན་དང་དམིགས་པ་མེད་  
པར་བཤད་ན་གཤིང་དུ་བདེ་ཞིང་། དེ་བཞི་མེད་ན་ཐ་སྟོད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་གང་ཡང་  
མེད་པར་གཤིས་ལུས་ཏེ། དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྟོད་བཞི་པོ་དེའི་ཁོངས་སྐྱ་དགག་  
སྐྱབ་ཀྱི་སྐྱ་སྒྲའི་ཐ་སྟོད་བྱ་ཚུལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་  
དུ་སྒྲིམ་མཐའ་གཉིས་དང་བརྒྱད་ལའང་གཤིས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཅུང་བསྒྲིག་ལས། ང་ལ་ཁས་ལེན་མེད་པས་ན། ང་ནི་སྒྲིམ་མེད་  
ཁོན་ཡིན། གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པའི། རྟོན་གྱིས་འགའ་ཞིག་  
དམིགས་ན་ནི། བསྐྱབ་པའམ་བསྒྲིག་པར་བྱ་ན་དེ། མེད་ཕྱིར་ང་ལ་ཁས་

ལེན་མེད། ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྒྲོས་བྲལ་འདི་བཤད་  
 བའི་ཆེ་ཁ་ཅིག་མི་མོས་པ་སྤར་ཡང་བྱུང་ན་དེང་སང་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་ཏེ། འཇམ་  
 དཔལ་གནས་པའི་མདོ་ལས། འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་གྱུར་བས་གསུངས་  
 བཤ། གྲིས་པ་རྣམས་ཀྱང་མི་དམིགས། གྲིས་པའི་ཆོས་དང་དགྲ་བཙུམ་པའི་  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱང་མི་དམིགས་སོ། །ནམ་མི་དམིགས་པ་དེའི་ཆེན་མི་རྟོག་གོ། །  
 ཀུན་ཏུ་མི་སྤྱོད་དོ། །དེ་སྤྱོད་པ་མེད་ལ། སྒྲོས་པ་མེད་ཅིང་ཉེ་བར་ཞི་བ་སྟེ།  
 ཡོད་དོ་ཞེས་ཁས་མི་ལེན་མེད་དོ་ཞེས་ཁས་མི་ལེན། ཡོད་ཀྱང་ཡོད་ལ་མེད་  
 ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་ཁས་མི་ལེན། ཡོད་པའང་མ་ཡིན་མེད་པའང་མ་ཡིན་ཞེས་  
 དེ་སྐད་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་དོ། །ནམ་ཁས་མི་ལེན་པ་དེ་ནི་དམིགས་པ་མེད་དོ། །  
 དེ་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས་སེམས་མེད་ཅིང་སེམས་དང་བྲལ་  
 ཏེ་གནས་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་དག་སྦྱང་གི་ཆོས་ལ་གནས་པ་ཞེས་བྲལོ། །ཚུལ་  
 འདི་བཤད་པ་ན་འཁོར་དེའི་དག་སྦྱང་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ལས་ལངས་ཏེ་འདི་སྐད་  
 ཅེས་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་པ་ལ་མི་བཏུལོ། །མི་མཉམ་དོ། །འཇམ་  
 དཔལ་གང་དུ་གནས་པའི་སྤྱོད་པ་དེ་ཡང་སྤང་བར་བྲལོ། །དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེན།  
 འདི་ལྟར་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་བས་སྟོན་པ་མཛོན་སུམ་དུ་གྱུར་བཞིན་  
 དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་མཚན་ཉིད་གཅིག་ཏུ་སྟོན་  
 བས་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྤྱོད་ཞེས་བརྗོད་ནས། བདག་ཅག་བཙུམ་ལྟན་འདས་  
 གྲིས་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་དོ་སྟེ་ནས་



དོང་དོ། །དེ་ནས་ཤུ་རིའི་བྱས་འཇམ་དཔལ་ལ་སྦྱས་པ། དག་སྤོང་ལྔ་བརྒྱ་  
 རོ་སྟན་ལས་ལངས་ཏེ་མི་སྟན་པ་ཟེར་ཞིང་སོང་དོ་ཞེས་སྦྱས་པ་ལ། འཇམ་  
 དཔལ་གྱིས་སྦྱས་པ། དག་སྤོང་ལྔ་བརྒྱ་རོ་འདི་སྒྲ་ཅེས་འཇམ་དཔལ་གཞོན་  
 རུར་གྱུར་པ་ལ་མི་བལྟོ། །མི་མཉན་ཏོ། །འཇམ་དཔལ་གཞོན་རུར་གྱུར་པ་  
 གང་དུ་གནས་པའི་ཕྱོགས་དེ་ཡང་སྤང་བར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ལེགས་སོ་  
 ལེགས་སོ། །ཤུ་རིའི་བྱ། དེ་དག་གིས་ཆོག་དེ་ལེགས་པར་སྦྱས་པ་སྟེ། དེ་ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཁེན་འདི་ལྟར་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རུར་གྱུར་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དམིགས་སུ་མེད་དོ། །གང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅིང་དམིགས་སུ་མེད་པ་དེ་ལ་བལྟ་  
 བའམ་མཉན་པར་མི་རུས་སོ། །འཇམ་དཔལ་གཞོན་རུར་གྱུར་པ་ཕྱོགས་གང་  
 ན་གནས་པའི་ཕྱོགས་དེ་ཡང་སྤང་བར་བྱ་ཞེས་པ་ཡང་། འཇམ་དཔལ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དམིགས་སུ་མེད་ན། གང་དེའི་གནས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ་དམིགས་སུ་མེད་དོ། །དག་སྤོང་དེ་དག་འཇམ་དཔལ་གྱིས་བསྟན་པ་དེ་  
 ཐོས་ནས་སྤང་ཡང་དེར་ཕྱིར་ལོག་སྟེ། འཇམ་དཔལ་ཁྱོད་གྱིས་བསྟན་པ་  
 བདག་ཅག་གིས་མི་ཤེས་སོ། །འཇམ་དཔལ་གྱིས་སྦྱས་པ། དག་སྤོང་དག་  
 ལེགས་སོ། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྟན་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱ་བ་སྟེ། དག་སྤོང་དག་འདི་  
 ལ་ནི་ཀུན་ཤེས་པར་བྱ་བ་མེད། རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཁེན། འདི་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་འདི་ནི་མི་གནས་པའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་  
 པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དམིགས་སུ་མེད་ཅིང་གཡོ་བ་མེད་ལ་འཆི་

འཕོ་བ་མེད་དོ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པས། དག་སྒོར་བཞི་བརྒྱའི་ལེན་པ་མེད་  
པར་བྲག་པ་རྣམས་ལས་སེམས་རྣམ་པར་གྲོལ་ལོ། །བརྒྱའི་སེམས་ཆེར་  
འབྲུགས་ནས། ལུས་དེས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ཆེན་པོ་དུ་འབོད་དུ་སྒྲིམ་གྱང་།  
ཆོས་འདི་ཐོས་པས་སྤྱད་དེ་ལས་ལྡང་ནས། དག་འཕྲན་པའི་ལྷ་རྣམས་དང་  
སྐལ་བ་མཉམ་པར་སྒྲིམ་ནས་བུམས་པའི་འདུས་པ་དང་པོར་དགྲ་བཅོམ་ཐོབ་  
པར་ལུང་བསྟན་ཏོ། །

གཞན་ཡང་སྒྲོས་མཐའ་གཉིས་དང་བཞི་དང་བརྒྱད་དང་སྒྲོ་འདོགས་སོགས་  
རྣམས་ལ་དེ་དང་དེའི་སྒྲོས་པའམ་དམིགས་པ་མཉམ་བཞག་རྒྱུ་མི་འགོག་པར།  
དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲོད་གི་བདེན་གྲུབ་ཁོ་ན་འགོག་ན། བདེན་མེད་དུ་འཛིན་པ་དེ་  
ཁོ་ནས་མཐའ་ཐམས་ཅད་སེལ་དགོས་པར་རིགས་ན་ཡང་། དེ་རིགས་པས་  
མི་འཐད་ལ་བྱེད་ཅག་གིས་ཁས་ཀྱང་མ་སྤྲངས་སོ། །དེ་ལྟར་དེས་བདེན་འཛིན་  
ཀྱི་རྣམ་རྟོག་ཁོ་ན་ཁེགས་ཀྱི། དེ་ལ་སྒྲོས་པ་དང་རྣམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་དང་  
བུལ་བ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲེད་པའི་ལུས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ།  
བདེན་མེད་དུ་འཛིན་པ་དེ་ཡང་རྣམ་རྟོག་ལས་མ་འདས་ལ་རྣམ་རྟོག་དེ་དང་  
བུལ་ན་གནས་ལུགས་མི་རྟོགས་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་མ་བཟང་ཐ་སྙད་  
ཀྱི་སྤྱད་བ་བསྒྲུ་མེད་འདི་ལ་དོན་དམ་དབྱུད་པའི་རིགས་པས་དབྱུད་ན་དབྱུད་  
བཟོད་དུ་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཙམ་མེད་པ་ལ་བདེན་མེད་ཅེས་བརྟུན་པ་ལ་མ་བརྟུན་  
པར། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་དོན་དམ་པར་མ་བཀག་པར་དེའི་སྤྲོད་གི་བདེན་

ཐུབ་ཡན་གར་བ་འགོག་པ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་དུ་གོ། བདེན་མེད་དང་བདེན་མེད་  
 གྱི་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྣང་བ་གཉིས་ཡོད་རྒྱ་མེད་རྒྱ་ཐ་དད་དུ་སོང་བ་དེ་  
 འདྲའི་བདེན་མེད་ཤེས་ཀྱང་དེས་ཆགས་སོགས་རྩུང་བྱང་ཀྱང་ལྟོག་མི་རུས་ཏེ།  
 སྣང་ཉིད་དེ་འདྲ་བ་ཇི་ལྟར་གོ་མས་ཀྱང་ཐ་སྣད་གྱི་ཆོས་དེ་དག་ལ་དེར་འཛིན་  
 པའི་འདུ་ཤེས་ཞིག་པར་མི་འགྱུར་ལ། དེ་མ་ཞིག་ན་དེ་ལ་ཆགས་སྣང་སོགས་  
 ཀྱང་ཇི་ལྟར་འཛིག་སྟེ། ༥ རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱིས་  
 ཡིད་བཞིན་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་དུ། རང་རྒྱུད་འོག་མའི་བྱེ་བྲག་སློབ་དཔོན་  
 དཔལ་སྤྲས་སོགས་སྣང་སྣང་ཐ་དད་དུ་འདོད་པ་དག་གི་ལུགས་བཀག་པའི་  
 སྐབས་སུ། སྣང་བ་མ་ཡིན་པའི་སྣང་བ་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་མི་སྲིད་པ་དང་།  
 རྟོགས་བྱར་མི་རུང་བ་དང་། ཐ་དད་དུ་གྱུར་ན་སྣང་གཉིན་དུ་མི་འཐད་དེ།  
 དག་ལ་ཞེ་སྣང་སྟེས་པ་ལ་ནམ་མཁའ་སྣང་བར་ཤེས་པས་མི་ཐན་པ་ལྟར།  
 གཞི་རྒྱན་སྣང་ལ་ཞེན་ནས་འོགས་སུ་སྣང་བར་ཤེས་པས་ཅི་ཡང་མི་ཐན་པའི་  
 དེ་འདྲའི་སྣང་བ་དེ་རྟོགས་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པ་  
 གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས་ཀྱང་། སུ་དག་བྱད་མེད་  
 འདུ་ཤེས་གནས། །དེ་དག་འདོད་ཆགས་རབ་རྩ་འཁེལ། འདུ་ཤེས་དག་ནི་  
 རྣམ་བཤིག་ན། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི་གོས་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདུ་ཤེས་མེད་ན་བྱམས་སོགས་ཀྱང་ཇི་ལྟར་བསྐྱེམ་སྟེ།  
 དེ་དག་བདེན་གྱུ་བ་གྱི་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ལ་བཤད་དགོས་ཀྱི་ཡུལ་དེ་དང་དེའི་

འདྲུ་ཤེས་མེད་པ་ཙམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་མ་ན། དེ་ལྟར་ལས་དང་པོ་བ་ལ་གོ་བ་དེ་  
བའི་ཕྱིར་བཤད་དགོས་ཀྱང་། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་འདྲུ་ཤེས་མེད་པ་དེས་ཡུལ་དེ་  
དང་དེར་དམིགས་པའི་འདྲུ་ཤེས་མི་འགོག་པར་བདེན་གྲུབ་ཡན་གར་བ་ཞིགས་  
པའི་གོ་ཚུལ་ལྟར་བྱས་ན་སྟོན་གོང་ལྟར་འཇུག་ལ། ཡང་དག་པར་ན་ཆོས་  
གང་ཡང་དམིགས་སུ་མེད་ཀྱང་། ཐ་སྙད་དུ་དམིགས་པ་གཉིས་འགལ་མེད་  
ཀྱི་གོ་ཚུལ་ཟབ་མོ་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་སྒྲུབས་དང་། སྟོང་རྟེན་འབྱུང་གཉིས་ཀ་དབུ་  
མའི་ལམ་དུ་དོན་གཅིག་པར་གསུངས་པའི་ཚུལ་མ་ཤེས་ན། དབུ་མ་པ་ལ།  
དངོས་སྒྲུབ་ས་ལོག་སྒྲུབ་བྱས་པ་ལྟར། དམིགས་པ་མེད་པའི་བྱམས་པ་སོགས་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་དགོངས་དོན་ཐམས་ཅད་འགལ་འདྲུར་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །  
དམིགས་མེད་ཀྱི་བྱམས་པ་དེ་ལ་འང་བདེན་པར་དམིགས་སུ་མེད་པ་ཞེས་བྱུང་  
བར་སྒྱུར་དགོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་ལྟར་སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཞིགས་པའི་དམིགས་མེད་དུ་མི་བཤད་དོ་སྟེ་མ་ན་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་  
རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་སྟོས་བྲལ་མཉམ་པ་ཉིད་མཐར་ཐུག་པ་གཟིགས་  
པར་རྟག་ཏུ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་གཡོ་བ་མེད་ཅིང་། འཁོར་འདས་ཐ་དད་  
ཀྱི་འདྲུ་ཤེས་སོགས་འདྲུ་ཤེས་སྒྲ་ཆོགས་མི་མངའ་བའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་།  
འཇམ་དབལ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
དུ་གཟིགས་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཅན་བྱམས་པ་མི་མངའ་བར་ཁས་ལེན་རིགས་  
པར་ཐལ་ཏེ། རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་སྟོས་བྲལ་མངོན་དུ་གཟིགས་

པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བསྟན་པ་འདི་ལ་གྲུས་པ་དག་ལ་དེ་ལས་སྒྲིན་ཆེ་བའི་  
ཁས་ལེན་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་བསམ་པ་དང་སྒྲུབ་པ་ཙམ་ཡང་སྤང་བར་བྱ་དགོས་  
སོ། །དེ་ལྟར་གོང་དུ་ལུང་དང་དེའི་དོན་བཞིན་རིགས་པའི་ལམ་ནས་གོ་བར་  
བཤད་པ་འདི་དག་གིས་མཐའ་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་པོ་ཞེས་གང་སྒྲུས་པ་དེ་དག་  
རྒྱལ་བའི་རིང་ལུགས་སྒྲུབ་མེད་པར་གྱུ་བ་བསམ་ན། འདི་འཛིན་པ་པོ་ཐམས་  
ཅད་ཏ་ཤར་གི་ལྟམ་ལུས་པའི་བཀོ་སྐྱལ་ལེན་པ་ཤ་སྟག་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཤར་  
མ་བྱུང་བའི་སྟོན་དུ་རྒྱལ་བ་ཤུག་སེང་གའི་ཆོས་ཀྱི་ཆར་པ་བ་པའི་མདོ་རྒྱད་  
རྣམས་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་བློན་བྱུང་སེམས་  
ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གངས་ཅན་པས་ཡོངས་སྤྱད་བྱུང་བྱངས་པ་རྣམས་ཀྱི་བདུད་  
ཅིངྱི་མ་མེད་པའི་བཀོ་སྐྱལ་ཉིད་རང་གིས་རང་ལ་བཅད་པར་མ་གྱུར་པར་རྩལ་  
བཞིན་ལེན་པ་སྐྱལ་པ་བཟང་པོ་ཅན་འབའ་ཞིག་ཏུ་ངས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར་རྩོད་ཡིག་ཏུ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྣལ་མ་ཞེས་རྒྱ་བོད་མཁས་པའི་  
རིགས་བའང་ཁས་འཆེ་མོད། རང་གསོད་པའི་མཆོན་ཆ་རང་གིས་བདར་བ་  
སྟེ། བདེན་མེད་དུ་མེད་ན་བདེན་གྱུ་བ་དང་། བདེན་གྱུ་བ་མ་ཡིན་པ་མིན་ན་  
བདེན་གྱུ་བ་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། སྒྲོ་གསར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱད་ལུལ་ཡིན་  
ལོག་མིན་ལོག་གི་བསྟུས་ཆོན་ལ་ཡང་རྒྱས་མེད་པའི་རང་ཆོས་ཏེ་གྱུ་བ་མཐའི་  
ཁ་འཛིན་ནི་ཆོག་ཆེ་བར་སྤང་ངོ་། །དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་རྟོགས་མེད་རྟོགས་ཁུ་བ་  
པ་སྒྲོ་བ་རྒྱད་དང་སྒྲོ་བ་ཞི་ལས་དོན་གཅིག་མི་གཅིག་ ཐལ་འགྱུར་གྱི་རྟོགས་

ལོག་ཆོས་ལོག་ ལྷོག་པ་འཕེན་མི་འཕེན། རྗེས་བྱལ་དེས་བྱེད་ཀྱི་ཆོད་མ་  
གསུམ་སོགས་ལ་རེ་བ་མེད་ཀྱི། ཡིད་ལ་ཉལ་བའི་ལུས་མེད་ཀྱི་གདོན་ཆེན་  
པོས་ནི་རྟག་རྟག་ཅེས་པར་དེས་སོ། །འཕགས་པས། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་  
ལོག་ན། །རང་བཞིན་ཉིད་རྟེན་རབ་གྱུ་བ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། བརྗོད་  
མེད་ཀྱི་བདག་འགོག་ཚུལ། ཤེས་བྱ་ལྟེན་མ་བཞག་མི་འགལ་བ་སོགས་  
མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་སྐལ་བ་ནི་ཆེས་དམན་པའོ། །དེ་  
ཡང་ཡུལ་དོན་དམ་པར་མེད་པ་དང་། ཐ་སྙད་རྟེན་ཡོད་པ་འདྲུ་འབྲལ་མེད་པ་  
ནི། འཕེལ་འབྱི་སྤངས་པའི་གནས་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། རྒྱན་དང་རྒྱུད་གྲར།  
འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །བཞག་པར་བྱ་བ་རྩུང་ཟད་མེད། །ཅིས་དང་།  
འདྲུག་པར། རྟོང་ཉིད་དག་ལས་རབ་རྟ་སྒྲེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་མདོ་  
རྒྱུད་རྟེན་མའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཀྱང་ཞེས་ཟེར་བ་ལ། ལན་སྒྲས་པ། ཆོད་མའི་  
གཞུང་རྣམས་སུ་ལོག་ལྷོག་གི་རྣམ་བཞག་གསུངས་པ་ལས་སྒྲོས་ནས་བསྐྱུས་  
གྲ་རྣམས་སུ་ཡིན་ལ་ཡིན་ལོག་སོགས་བརྟེགས་ནས་བརྗོད་པ་སྒྲོ་གསར་བྱ་  
བ་དག་གི་ཐལ་ངག་ཁ་བྱང་གི་ཆེད་ཅམ་རྟེན་བསྟན་པ་ནི་བདེན་ན་ཡང་། དེ་ཅམ་  
ཞེས་གིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོག་གི་དང་སྒྲ་བརྗོད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདས་པ་བདེ་སྒྲག་  
རྟག་ཞལ་བྱས་ན། རི་སྐད་རྟེན། བདག་གིས་བསྟན་ཀྱང་གཞན་གྱིས་མི་ཤེས་  
པས། ཞེས་དང་། དེ་ཕྱིར་ཞན་པས་ཆོས་འདི་ཡི། །གཏིང་རྟོགས་དཀའ་བར་  
མཁུན་གྱུར་ནས། །ཐུབ་པའི་ཐུགས་ནི་ཆོས་བསྟན་ལས། །རབ་རྟེན་ལོག་པར་

གྱུར་པ་ཡིན། ཁྱེས་དང་། ཟབ་མོ་བྱིས་པ་འཛིན་ཡུལ་མ་ཡིན་པ། ཁྱེས་སོགས་  
གསུངས་མི་དགོས་པར་འགྱུར་ལ་དེར་མ་བྱེད། གཅིག་དུ་བྲལ་སོགས་ཀྱི་རིགས་  
པས་དབྱེད་པས་བདེན་མེད་ཙམ་ཞིག་སྟེ་རྣམས་ཀྱིས་གོ་རྒྱུ་འདི་འཕགས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་རྒྱུ་ཡང་དེ་ཡིན་པས་སྟོང་ཉིད་མཐར་ཐུག་ཡིན་ན། འདི་  
ཐུབ་པའི་མི་རྟག་པ་སོགས་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་ལས་ལྷག་པོར་དཀའ་རྒྱུ་ཅི་  
ཡང་མེད་པ་རང་གཞན་སྟུག་ཀྱང་ཤེས་རུས་ན། དེ་འདྲའི་ཟབ་པ་སྟགས་ཙམ་  
བྱིས་པ་སྟན་མི་རུས་པ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་པས་འདི་སྒྲིཾླ་ག་གི་ཡུལ་ཡིན་ལ་བསྟན་  
དུ་ཡོད། རྣམ་པར་རིག་པར་བྱར་ཡོད་བཞིན་དུ་གོང་དུ་བསྟན་པའི་ལུང་རྣམས་  
ལུང་ཡང་དག་མིན་པར་བསྟུས་ཆོན་པ་བྱང་གི་རིགས་པ་དེས་སྐྱབས་ཤིག་ དེའི་  
ཕྱིར་མཐའ་བྲལ་གྱི་སྟོང་ཉིད་དགག་སྐྱབ་ཀྱན་ལས་འདས་པ་སོ་སོ་རང་རིག་  
པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་བསམ་ན་ལུང་གིས་རི་སྐྱད་བསྟན་པ་ལྟར་ཡིད་ཆེས་  
པར་རུས་ཤིང་དེས་བསྟན་དོན་ལ་ཡང་དེས་ཤེས་སྟེ་བ་ཡོད་པས་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་ཆོས་སྤངས་མ་དགོས་པ་འདི་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་སྟམ་དུ་སེམས་སོ། །  
ཡོད་པ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་ན་མེད་པ་དང་། ཡོད་པ་མིན་པ་ལས་ལོག་པ་ཡིན་  
པ་ལས་ལོག་ན་ཡོད་པར་ལྷོག་པ་སོགས་ཆོག་ཙམ་གྱི་སྒྲིབས་མི་ཆོ་འཕུལ་  
བྱེད་དེ་ཙམ་ཞིག་མཐེན་པ་ལ་ང་རྒྱལ་མཛད་རིན་མི་ཆོག་མོད། འོན་ཀྱང་ཐ་  
སྟོད་གཞལ་པའི་སྐྱབས་སུ་ཡོད་པ་འདྲ་མིན་མེད་པ་འདྲ་མིན་ཁྱེས་པ་ལྟ་བུ་ལས་  
ལེན་ཐམས་ཅད་བྲལ་བ་སྒྲིདོན་མེད་དོ། །ཐ་སྟོད་ཀྱི་ཆོས་ལ་ཡོད་པ་འཕམ་མེད་

བ་རྟག་མི་རྟག་སོགས་གང་རུང་ཁས་ལེན་པ་ལས། གཉིས་ཀ་དང་གཉིས་  
 མིན་རྒྱ་བ་མི་རུང་ངོ་། །ཐ་སྙད་ལས་འདས་པ་སྒྲིམ་བ་ཉེ་བར་ཞིབ་འཇགས་  
 ལུགས་ལ་མཐའ་བཞིའི་ཁས་ལེན་མེད་པར་བརྟེན་ཆེ། བསྐྱས་ཚན་གྱི་གཞུང་  
 གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་སྲུང་འབྱོན་དགོས་པ་ནི་རྟ་ཅང་ཡང་ཐལ་མ་ཆེས་  
 སམ། དེ་ལྟ་ནའང་གོང་རྒྱ་མཐའ་བཞིའི་སྒྲིམ་བ་མེད་པས་ཁས་སྤངས་མེད་  
 བ་དང་། ཁས་ལེན་ཅན་གྱི་དབང་རྒྱ་བསྐྱས་ན་མཐའ་བཞི་འགོག་ཚུལ་མི་འཐད་  
 བར་བསྟན་པའི་རིགས་པ་དེས་བསྐྱས་ཚན་ལ་བྱང་ཡང་བསྐྱས་ཚན་ལས་བཤད་  
 བ་ལྟར་གྱི་འགལ་བ་ཁྱེད་ཅག་གི་ལུགས་ལ་ཐལ་བར་བཤད་པ་དེས་བསྐྱས་  
 ཚན་ལ་རྒྱས་ཡོད་མེད་གསལ་བར་སོང་ངོ་། །གཞན་ཡང་ཆོད་མའི་གཞུང་རྒྱ་  
 རྗེས་ཁྱབ་དང་ལྷོག་ཁྱབ་ནི་རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་གི་ཁྱབ་  
 པ་དེས་པའི་ཆེད་རྒྱ་བསྟན་ལ། དེ་ལས་བརྩམ་སྟེ་ཐལ་ངག་བཀོད་པ་ལ། རྗེས་  
 ལྷོག་གཉིས་དང་དེ་སྟེང་གསལ་བ་དེ་ཡིན་ན་རྟགས་དེ་ཡིན་པའི་ཐུར་ཁྱབ་དང་།  
 རྟགས་དེ་ཡིན་ན་གསལ་བ་དེ་མ་ཡིན་པའི་འགལ་ཁྱབ་གཉིས་བསྟན་ནས་བཞི་  
 དང་། དེ་བཞིར་རྣལ་མ་དང་། ཕྱིན་ཅི་ལྷག་སྐྱར་པའི་ཁྱབ་པ་སྒྲོ་བརྒྱད་རྒྱ་གསལ་  
 པ་སྐྱབ་སོགས་གྱིས་བཀོད་པ་འདི་འདྲ་བས་མཚོན་ནས། ཡིན་སྐྱར་མིན་སྐྱར་།  
 ཡོད་རྟོགས་མེད་རྟོགས་། ཐལ་འགྱུར་གྱི་རྟགས་ལོག་ཆོས་ལོག་ ལྷོག་པ་  
 འཕེན་མི་འཕེན་། རང་རིག་དང་གཞན་རིག་འཕེན་པ་སོགས་གྱི་རྣམ་བཞག་  
 འདི་དག་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་རྟོགས་སྒྲུབ་པར་འདུག་ཀྱང་། སལ་ཆེ་བ་མཚར་



མཚར་ཉི་འུ་འཕུལ་བྱེད་ཅམ་གྱི་ཆེད་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་ཤེས་ཤིང་བྱང་བར་  
བྱས་ཀྱང་གཞུང་དོན་ལ་ཕན་ངེས་ཀྱི་ཆ་ཡང་ཆེན་པོ་མེད་པར་མ་ཟད། ཆོག་  
ལ་རྟོན་པ་དེ་འདྲའི་འཆད་ཚུལ་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་ཞེན་ན་རང་གི་ཁས་ལེན་  
ལ་ཡང་ཅི་བྱས་རྗེ་མི་ཐོགས་པ་འབྱུང་བ་མཚོན་བྱེད་ཅམ་ཞིག་འོག་དུ་འཆད་  
བར་འགྱུར་ལ། དེས་ན་དེ་འདྲའི་ཚུལ་ལུགས་ལ་ཅི་ཅམ་སྦྱངས་ཤིང་མཁས་  
ན་ཡང་། གཞན་ལ་ངོ་མཐོན་དུ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡ་མཚན་ཅི་ཡང་མི་སྤང་ངོ་། །དེའི་  
ཕྱིར་ལུས་མེད་ཀྱི་གདོན་སྤིང་ལ་ཉལ་བ་སོགས་ཀྱི་ཆོག་སྒྲུས་ན་ཡང་། མདོ་  
ལས། མི་ཤེས་དེ་དག་གཞན་གྱིས་བཀྲལ་བ་ན། །ཁྱོས་པས་ཟེལ་གྱིས་ལོན་  
ཅིང་ཆོག་རྩལ་སྒྲ། །ཞེས་པ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་བདག་གིས་ནི་འདི་སྒྲུང་དུ། ཆོག་  
ལ་ཆོག་ལན་སྒྲུའོ་ཞེས་བྲགས་ཀྱང་། རིགས་པའི་ལན་ལས་ཆོག་རྩལ་ལན་མི་  
སྒྲ། །ཆོག་མཚོན་འདེབས་པ་མི་སྒྱུན་རྣམས་ཀྱི་སྒོལ། །དགེ་སྦྱོང་ཆོས་འདི་  
རྒྱལ་བས་རྗེས་སུ་གདམས། །སྒྲན་འཕྱོན་གང་སྒྲས་གཞན་ལ་ཕར་འཁོར་  
ན། །ཆོག་རྩལ་མེད་ཀྱང་བཞིན་རས་སྒར་ལས་ངན། །རིགས་པའི་ལམ་གྱིས་  
བཤུད་པ་རྣམས་ལ་ནི། །རང་གཞན་སུ་དག་ཁོ་ཡང་རང་མཚང་ཡིན། །ཞེས་  
ཀྱང་སྒྲས་སོ། །

སྒྲུབས་དོན། འཕགས་པས། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་འོག་ན། །ཞེས་སོགས་  
ཀྱི་དོན་བཞིན། སྒྲས་བྲལ་ཁས་སྤངས་པ་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་འོག་ནས་  
རང་བཞིན་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྤང་བའི་སྒྲོན་ཅི་ཞིག་རིགས་པ་སྒྲུབ་ཁྱེད་གྱིས་

གཟིགས། རང་བཞིན་ཡོད་པར་ཁས་སྒྲུང་བར་འདུག་གམ། དངོས་དངོས་མེད་  
 ལྟོང་མི་ལྟོང་སོགས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་མཐོང་ནས་སྒྲོས་  
 བ་ཉི་ཆེ་བ་གང་ཡང་མེད་པ་ལ་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་མ་ལོག་པར་མ་བྱེད་  
 རང་བཞིན་མེད་པའི་ཆོག་ཅམ་ལ་སྒྲུ་ཇི་བཞིན་དུ་ཞེན་པ་ཅམ་ཡང་མེད་པས་  
 རང་བཞིན་མེད་པ་ཞེས་པའི་སྒྲུ་པོ་ཆེ་དེའི་དོན་འདི་ན་ཡོངས་སུ་མྱོང་བར་བྱེད་  
 ཏོ། །དེ་དག་ཅི་ཡང་ཁས་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་རན་གཡེའི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་མི་ཡིན་  
 ཏོ། །སྒྲོས་པ་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་སུ་མེད་པ་ལ་མེད་པར་མཐོང་  
 བས་ཅིར་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔལ་ལྷན་ལྷ་བས། རྒྱུ་པོ་  
 ཡིན་པ་ཞིག་གིས་རྒྱུ་པོ་ཡིན་པར་ཁས་མི་ལེན་པ་དང་། མ་བརྒྱས་པ་ཞིག་  
 གིས་དེར་ཁས་མི་ལེན་པའི་དཔེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །བརྗོད་མེད་ཀྱི་  
 བདག་དང་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་བརྗོད་མེད་གཉིས་མགོ་མཉམ་པར་གཟིགས་པ་  
 དེ་དག་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚོས་ལ་མཁས་པའི་དགའ་སྟོན་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་  
 སྐལ་བ་ཆེས་སྒྲོམ་པ་འདྲའོ། །བརྗོད་མེད་ཀྱི་བདག་ཁས་ལེན་པ་དག་གིས་  
 ཡོད་མེད་དང་རྟག་མི་རྟག་སོགས་སུ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བདག་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 འདོད་པ་ལ། ཡོད་ན་སྤང་བོ་དང་གཅིག་ཐ་དང་བརྟག་པས་དེ་འདྲའི་བདག་  
 དངོས་པོ་ཡོད་པར་མི་རིགས་པར་སྒྲུབ་མོད། ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དམིགས་སུ་  
 མེད་པར་བརྟན་ཀྱི་དངོས་པོ་ཅན་དུ་སྒྲ་ཞིག་གིས་ཁས་སྒྲུང་། དེས་ན་དེ་འདྲའི་  
 རྒྱུ་འབྱེན་ནི་རང་གིས་རང་ལ་ཅོ་འདྲི་བར་གྱུར་ཏོ། །དམིགས་སུ་མེད་ན་དེ་

གཏན་ལ་འབེབས་པ་དང་རི་ལྟར་ཤེས་པར་རུང་སྒྲུལ་ན་འོག་ཏུ་འཆད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །ཤེས་བྱ་ལྟེན་མ་བཞག་མི་འགལ་བ་སོགས་ཞེས་པ་འདི་ཅི་ཞིག་  
 ཟེ། མདོ་ལས། ཆོས་ལྟ་རང་བཞིན་གསུམ་དང་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 ཆོག་ས་བརྒྱད་དང་། །བདག་མེད་དོན་ནི་རྣམ་གཉིས་པོར། །ཐེག་ཆེན་མཐའ་  
 དག་བསྐྱས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ལ་འགལ་མེད་  
 ཏུ་འཆད་མི་རུས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་སྒྲུལ་པ་དོན་མེད་དེ། བདག་  
 མེད་གཉིས་དང་། རྣམ་ཤེས་ཆོག་ས་བརྒྱད་ཀྱང་ཆོས་ལྟེན་ནང་དུ་འདུལ། དེ་  
 ལྟ་ཡང་རང་བཞིན་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་འདུས་ཤིང་ཤེས་བྱ་གཞི་ལྟས་བསྐྱས་པའི་  
 ཆོས་རྣམས་ལ། མཚན་ཉིད་གསུམ་པོ་དེ། མཚོན་པ་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། གཞི་  
 དང་། བསྐྱེད་པ་དང་། མེ་ལོང་ལྟ་བུ་དང་། སྒྲུང་བ་དང་། རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟེན་  
 རྒྱལ་གྱིས་རྟོགས་ཚུལ་བཤད་པ་སྟེ། མདོར་ན་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་བས་རིམ་  
 བཞིན་ཀུན་བརྟགས་མེད་པར་ཤེས་པ་དང་། གཞན་དབང་ཡོད་པར་ཤེས་  
 པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་རང་གིས་ངོ་བོ་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པ་ཅི་ཡང་བརྟོག་དུ་  
 མེད་ཅེས་པས་ཆོས་ཉིད་མངོན་དུ་བྱེད་མི་རུས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་  
 བདག་ཅག་གིས་འདོད་ཀྱི་འགལ་བར་སྒྲུལ་པ་གང་ཡང་མེད་དེ། ཡོངས་གྲུབ་  
 ཞེས་པ་མ་ཡིན་དགག་གི་སྟོང་ཉིད་ཅམ་ལ་མི་འདོད་པར། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བའི་གཞན་དབང་ཉིད་ཀྱང་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་སྟོས་  
 བྲལ་ལ། ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་བས་འཇུག་ཅིང་། དེའི་ཆོད་དུ་སྒྲུབ་པ་ཐོབ་པ།

ཅེ་མོ་སྒྲུང་བ་མཆེད་པ། བཟོད་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཞུགས་  
 པའི་ཉིང་དེ་འཛིན། ཚེས་མཚོག་དེ་མ་ཐག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་བཞི་པོ་རིམ་  
 གྱིས་འབྱུང་ཞིང་། གཟུང་འཛིན་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ཚེས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་  
 མེད་པ་འདྲ་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པའི་ཉམས་མྱོང་སྒྲུ་ཚུལ་ལས། གཟུང་བ་མེད་  
 ཅིང་འཛིན་སྒྲུང་ཤས་ཆེ་བ་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་མྱོང་བ་  
 སྒྲིམ་ནས་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་གསུངས་པ་ལྟར་  
 འདོད་མོད་ཀྱི། དེ་དག་ལ་བདེན་མེད་ཁས་ལེན་པའི་དམིགས་པ་ཅན་གྱིས་  
 མི་འགལ་བ་དང་། དམིགས་མེད་སྒྲིམ་བྲལ་ཁས་ལེན་པ་རྣམས་འགལ་བ་  
 སྐྱུས་ཀྱང་བསྐྱབ་མི་ལུས་སོ། །གཞན་ཡང་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། འདི་ཡི་ཡོངས་  
 སུ་ཤེས་པ་ལྟ། ཁོགས་ཤེས་བྱ་ཡང་ཡིན་ལ་གྲངས་ལྟ་བུ་ཡང་ཡིན་པ་དུ་མ་  
 ཡོད་པས་ཤེས་བྱ་ལྟའི་རྣམ་གཞག་མི་འགལ་བ་ཞེས་ཅི་ཡིན་གྱང་བརྟག་གཞིར་  
 མོང་ངོ། །ཡང་ཡུལ་དོན་དམ་པར་མེད་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་འདྲུ་འབུལ་  
 མེད་པ་ནི། འཕེལ་འབྱི་སྤངས་པའི་གནས་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། རྒྱན་དང་  
 རྒྱུད་སྒྲར་འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། བཞག་པར་བྱ་བ་རྩུང་བྱེད་མེད། །  
 ཅིས་དང་། འཇུག་པར། སྤྱོད་ཉིད་དག་ལས་རབ་རྩ་སྒྲེ་བར་འབྱུར། ཞེས་  
 སོགས་མདོ་རྒྱུད་དུ་མའི་དགོངས་པ་ཡིན་གྱང་། དེ་ལྟ་ནས་ཞེས་གྱང་འང་  
 བརྟེན་མ་ཅན་བརྗོད་པ་ནི། མདོ་རྒྱུད་དུ་མའི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་བདག་  
 ཅག་གིས་གིན་རྩ་ཡང་འདོད་དེ། བདག་ཅག་གིས་སྤོང་རྟེན་འབྱུང་བྱུང་འཇུག་

ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་འདོད་ཀྱིས། རི་བོང་གི་རྩ་མེད་པ་དང་། སྤང་གི་རྩ་  
ཡོད་པ་གཉིས་ཟུང་འཇུག་ཏུ་བྱེད་པ་ལྟ་བུར་ནི་མི་འདོད་པས་ཆོས་ཉིད་ཆོས་  
ཀྱི་དབྱིངས་རང་གི་ངོ་བོ་འཕེལ་འབྱི་མེད་པར་གནས་པར་འདོད་ལ། དེ་ཉིད་  
མཛོན་དུ་བྱས་པའི་དུས་ན་བསལ་བ་ཞག་གམ་དགག་སྐྱབ་མེད་པར་ཡང་འདོད།  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་མ་གཏོས་པའི་བྱིར་  
ན། དོན་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ལྟར་སྣང་བ་འགལ་མེད་དུ་འདོད་དོ། །གཞན་  
ཁས་ལོན་ཅན་གྱི་ལུགས་ལ་འཕེལ་འབྱི་མེད་པ་དང་། བསལ་བ་ཞག་མེད་  
པ་དང་། སྟོང་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་བསྐྱབ་པར་དགའ་མོད་ཀྱི་དེའི་རྒྱལ་རེ་ཞིག་  
སྟོབར་མ་བྱས་སོ། །

ཡང་ཅོད་ཡིག་ཏུ། དེ་ལྟ་ནའང་ཁྱེད་ཅག་དབུ་མ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དབུ་མ་  
ལ་གནས་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་གནས་ན་གཉིས་མིན་གྱི་མཐའ་ལ་གནས་  
པར་འདོད་པའི་བྱིར་རོ། །མཐའ་བཞི་དང་བྲལ་བ་ལ་གནས་ནའང་མེད་མཐའ་  
ལ་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ། བདེན་གྲུབ་དང་བྲལ་བ་ལ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
བདེན་མེད་ལ་གནས་པ་བཀག་པའི་བྱིར། ཡོད་ཟེར་ཆོད་ཡོད་མཐའ་དང་།  
མེད་ཟེར་ཆོད་མཐའ་ཁས་སྤངས་པའི་བྱིར་ཏེ། མདོར། ཡོད་དང་མེད་  
པ་འདི་གཉིས་མཐའ་ཡིན་ཏེ། །མཁས་པས་དབུ་མ་ལའང་གནས་པར་མི་བྱུང་། །  
ཞེས་པའི་དགོངས་པ་དེ་ལྟར་འདོད་པའི་བྱིར་དང་། སྤྱད་པར། གནས་མེད་  
གནས་ཡིན་འདི་ནི་རྒྱལ་བས་གནས་པར་གསུངས། །ཞེས་དང་། རྒྱན་ལས།

གནས་བྲལ་དང་། གནས་དང་ཞེས་གསུངས་པས་གནས་མེད་དགོས་ན།  
གནས་མེད་པའང་དེ་བཞིན་གསུངས་པས་སྟོབས་མཚུངས་སོ། དེ་བཞིན་དུ་  
མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། མེད་པ་གང་ཡིན་དེ་ཉིད་ནི། ཡོད་པ་ཡིན་པ་ལ་འདོད། །  
ནམ་པ་ཀུན་དུ་མི་དམིགས་པ། །དམིགས་པ་ཡིན་མཚོག་དུ་འདོད། །ཅེས་  
སོགས་གཞུང་ཀུན་དུ་འད་། ཡོད་པ་དང་དམིགས་པ་དང་སྟོམ་པ་དང་འབྲས་  
བུན་མས་མ་བཀག་པའི་བྱིར། རྟོད་ཀྱིས་ཚོས་དབྱིངས་སྟོ་འདོགས་སོ་གཉིས་  
དང་བྲལ་བ་མཛོན་སུམ་དུ་མ་བྱས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་ཤིང་བྱིན་མཚན་ཉིད་པ་མ་  
ཡིན་ཞེས་ཀྱང་བཤད་མོད། ལལ་ཆེར་བརྗོད་བྲལ་ཁ་བྱང་སྟོམ་ངན་རྟོད་འབྲལ་  
རྒྱ་ཞེས་པ་ལྟར་ཀུ་ཏ་ཀའི་མིང་བྲལ་བ་ལ་ཞུགས་སོ། །འདི་སྐད་ཅེས་ཀྱང་བྱ་  
སྟེ། མདོ་རྒྱུད་དྲང་ངེས་ཆུ་གཏོར་རྒྱབས་ཤེང་གིས། །འཛིགས་པས་གནས་  
མེད་མཐའ་ལ་ཞེན་པ་རྣམས། །རྣམ་དཔྱོད་གྲུ་གཟིངས་དམ་པའི་མགོན་དང་  
བྲལ། །གཏོལ་མེད་ཅི་ཡང་མེད་པ་རྟེན་དུ་འཆང། །ཞེ་མ་ཚོས་ཀྱི་སྟོ་མ་ཇི་  
སྟེད་པ། །ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་བྱི་མེད་རིགས་ལམ་ནས། །ལམ་གྱི་ལུས་སུ་རྟོགས་  
པའི་ཡིད་ཀྱི་བཟོ། །འདི་ཀོ་ཐར་འདོད་ཡོངས་ཀྱི་བགྲོད་གཅིག་ལམ། །ཞེས་  
ཀྱང་བསྟགས་སོ་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་ལན་བརྗོད་པ། བྱིད་ཅག་དབུ་མ་བར་མི་  
འགྱུར་ཏེ། དབུས་ལ་གནས་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་གནས་ན་གཉིས་མིན་  
གྱི་མཐའ་ལ་གནས་པར་འདོད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་པ་དོན་མེད་དེ། རྣམ་གངས་  
པའི་དོན་དམ་གྱི་སྐྱབས་སུ་མཐའ་གཉིས་སེལ་རྩལ་དེ་འདྲ་རང་གཞན་གཉིས་

གས་འདོད་མོད། ཁྱོད་གྱིས་དེ་ཙམ་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ཏུ་འདོད་ལ།  
 དེད་ཅག་གིས་དེ་ཙམ་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་མ་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་བརྟེན་  
 བས་མཐར་ཐུག་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་ལ་འཇུག་པར་འདོད་ཅིང་།  
 རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་དེ་ཉིད་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ཏུ་འདོད་པ་  
 མི་མཐུན་པ་འདིར་རྩོད་པ་ཡིན་ན། མཐའ་བཞི་སྟོན་བྲལ་ལ་གནས་ན་གནས་  
 མིན་གྱི་མཐའ་ལ་གནས་པར་ཐལ་བ་དང་། མེད་མཐའ་ལ་གནས་པའི་ཐལ་  
 བ་རྩུང་ཟད་མི་འཇུག་སྟེ། མཐའ་བཞི་གང་ལ་ཡང་གནས་པར་མི་འདོད་པར་  
 དངོས་སུ་སྒྲིམ་པས་མཐའ་བཞི་མིན་པའི་གནས་ས་ཅི་ཡོད་དེ་མེད་དོ། །འོ་ན་  
 ཅི་ལའང་མི་གནས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེན། བཙམ་ལྟན་འདས་གྱིས་རི་ལྟར་འདྲིན་  
 པ་འདུས་མ་བྱས་ཁམས་མི་གནས་ཤིང་། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཅི་  
 ལའང་མི་གནས་པ་ལ་གནས་པའི་ཐ་སྟད་བདགས་པ་ཙམ་སྟེ། གང་ཆེ་སྟེ་མེད་  
 དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྟོ་ཡང་སྟེ་བ་དང་བྲལ་བ་སོགས་གྱིས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །  
 ཅི་ལའང་མི་གནས་ན་སྟོ་དེའི་སྟོད་ཡུལ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེས་འདྲིན། སྟོད་ཡུལ་འདི་  
 ལྟོ་ཞེས་བརྗོད་དུ་ཡོད་ན་བརྗོད་མེད་རི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྟོད་ཡུལ་ནི་མཐའ་  
 བཞི་དང་བྲལ་བ་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་ཆོག་གི་ལམ་གྱིས་  
 བྱིས་པ་རྣམས་ལ་དངོས་སུ་བརྟན་དུ་མེད་དེ། རྒྱ་བའི་ཞབས་གྱིས། དོན་དམ་  
 པའི་བདེན་པ་བརྟན་པར་འདོད་པས་དེ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བྱིར་དང་། ཤེས་  
 པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་གྱི་བྱིར། དངོས་སུ་བརྟན་པར་མི་རུས་པས། ཉན་

པར་འདོད་པའི་སེམས་ལ་རང་གིས་མྱོང་བ་དེ་ཉིད་དུ་དེའི་རང་བཞིན་གསལ་  
 བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དཔེ་བཤད་བ་ཞེས་དང་། དེའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསམ་བ་  
 ལ་འཕགས་བ་རྣམས་ཁོ་ན་ཚད་མ་ཡིན་གྱི་འཕགས་བ་མ་ཡིན་བ་དག་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་བ་བཞིན་ནོ། ཁོ་ན་འཕགས་པའི་སྡོད་ཡུལ་ཡིན་པས་  
 བདག་ཅག་སོ་སྟེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྡོད་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་བས། དེ་གཏན་ལ་  
 དབབ་པའི་ཕྱིར། ལུང་དང་རིགས་བ་བརྗོད་བ་དོན་མེད་དོ་སྟེ་མ་ན་ཤིན་ཏུ་  
 འབྱུལ་ཏེ། ཟབ་མོའི་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་དེའི་དོན་བཞིན་མཐར་འཛིན་གྱི་  
 དམིགས་བ་ཐམས་ཅད་རིགས་བས་སུ་བྱུངས་ཏེ་དམིགས་བ་ཐམས་ཅད་དང་  
 བྲལ་བའི་གནས་ལུགས་སྟོས་བྲལ་གྱི་དོན་ལ་ངས་ཤེས་སོ་སྟེ་འེ་ས་ན་སྟེ་བ་  
 ཡོད་གྱི། དེ་མེད་ན་མཐར་བྲལ་གང་དུ་མི་གནས་པའི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་  
 པའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་འདི་ཐམས་ཅད་གཙོ་བོར་སོ་སྟེ་ལ་སྟོང་ཉིད་  
 བསྟན་བ་ཡིན་གྱི། འཕགས་བ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གིས་མངོན་དུ་མངོད་ཟེན་  
 པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཚིག་དེས་གསར་དུ་བསྟན་མི་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་ད་ལྟ་  
 སོ་སོའི་སྟེ་བའི་ས་ན་གནས་ལུགས་བརྗོད་བྲལ་ཡོད་པའི་སྐབས་བྱེད་མི་སྲིད་ན།  
 དེ་འཕགས་པའི་ས་ན་ཡོད་དོ་ཞེས་པའང་ཁས་ལེན་མི་རིགས་ཏེ། ཁས་ལེན་  
 བ་པོ་སོ་སྟེ་དག་གིས་ཚད་མས་མ་དམིགས་བཞིན་འཕགས་པའི་ས་ན་ཡོད་  
 པའི་འཐད་བ་གང་ཡང་བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ལུང་དང་  
 རིགས་པའི་སོ་སོ་ནས་སྟོས་བྲལ་རྟོགས་བ་ཡོད་ཀྱང་། དཔེར་ན་མཚུབ་མོས་ལྷ་



བ་བསྟན་པས་སྒྲ་བ་མཐོང་བར་ནི་སྒྱར་ན་ཡང་སྒྲ་བ་དང་མཇུག་མོ་ལྟ་དགོས་  
 བ་མིན་པ་ལྟར། ལུང་དང་རིགས་པ་དེ་དག་གིས་ལམ་ནས་སྒྲོས་བརྗོད་དང་  
 གུལ་བ་རྟོགས་ཀྱི། ལུང་དང་རིགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲོ་ནི་དེ་ལྟར་ཀྱང་སྒྲོས་  
 བ་ལས་འདས་པ་ནི་མི་སྤྲོད་དོ། །དོན་དེའི་དབང་གིས་མདོ་དང་བསྟན་བཅས་  
 ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་ཆོས་ཉིད་སྒྲོས་པ་དང་གུལ་བའི་དོན་ནི། དཔེ་དང་གཏན་  
 ཆོག་ས་དང་། སྒྲ་དང་སྒྲེའི་ཡུལ་མིན་པར་གསུངས་པ་དང་། དཔེ་དང་གཏན་  
 ཆོག་ས་དང་ལུང་དང་རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་གཏན་ལ་ཐབ་སྟེ་གསུངས་པ་གཉིས།  
 མོ་མོའི་དགོངས་ཚུལ་འགལ་མེད་དུ་འཆད་མ་གཤིས་པར་སྟོགས་གཅིག་པའི་  
 སྒྲོ་གོས་ཅན་དུ་སྤང་བ་དག་གིས་དགོངས་དོན་གྱི་སྟོགས་གཅིག་བརྒྱུད་ན་སྟོགས་  
 གཅིག་ངེས་པར་སྤང་དགོས་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་སྒྲ་དང་རྟོག་པས་གཏན་  
 ལ་ཐབ་པའི་དོན་ཁོ་ན་ལས། དེ་ལས་འདས་པའི་དོན་ཟབ་མོ་གཞན་མེད་  
 དེས་སུ་ཁས་སྤང་ན་གཤིས་བྱ་ཡིན་ན་ཚུ་རོལ་མཐོང་བས་གཞལ་བྱ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 པར་ཁས་ལེན་དགོས་ལ་དེ་ལྟ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྟོག་གོ་ཀྱན་གྱི་ཡུལ་མིན་  
 པའི་ཆོས་ཉིད་མ་མཐུན་པས་སྟོ་རོལ་པ་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པར་མི་རུས་ཏེ།  
 མདོ་རྒྱན་ལས། རྟོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་གསུམ་ལ་གཞོད། །ཅིས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། ཟབ་མོ་མདོན་པར་བྱང་ཚུབ་པ་དང་། ལུ་སྟེགས་ཅན་དང་བྱུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པར་མདོན་པར་བྱང་ཚུབ་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པར་མདོན་  
 པར་བྱང་ཚུབ་པ་གསུམ་མེད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་གིང་གོང་དུ་ཟབ་མོ་ཅི་ཡི་

ཕྱིར་ན་རྟོག་གའི་ཡུལ་མ་ཡིན། སོགས་དངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་དོན་དམ་  
པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་དེ་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོ་རྒྱ་རྟོག་གི་ཡུལ་ལས་འདས་ཀྱང་  
དེ་གཏན་ལ་འབབས་ཕྱིད་ཀྱི་རྒྱ་རྟོག་རྣམ་པ་ཀུན་རྩ་མེད་པར་ཁས་ལེན་ན་དེ་  
སྤྱི་ཀྱང་ཤེས་པར་མི་རུང་ཞིང་ཕྱི་རོལ་པས་བསམ་མིན་གྱི་ཕྱིད་པོ་འདོད་པ་  
དང་འདྲ་བར་དེ་རྒྱལ་ཕྱིད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པ་དང་། མདོ་རྒྱུད་བརྟན་བཙས་དང་  
བཅས་པས་དེ་གཏན་ལ་དབབ་པ་རྣམས་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བས། ཕྱོགས་  
རེའི་མིག་ཅན་གྱི་སྒོ་གྲོས་ཁབ་མིག་ལྟ་བུས། རྒྱལ་བ་དང་རྒྱལ་མས་ཤིང་རྟ་  
ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ཟབ་ཅིང་དཔག་པར་དཀའ་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ་  
བདེ་བ་རོལ་མི་རྣམས་པས། ཁྱེད་རང་གིས། མདོ་རྒྱུད་དྲང་པོས་ཆུ་གཏོར་རྒྱབས་  
ཕྱིར་གྱིས། །ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་སྤྱི་པ་དང་། སྤར་རྒྱལ་མས་སྤྱོད་པ་  
གཏོང་ཟབ་ཡངས་པའི་མཚོར། །ཉམ་ཆུང་སྒོ་གྲོས་རྒྱལ་གྱིས་གཞུང་བ་ལས། །  
ཟབ་དོན་རིན་ཆེན་སྤྱིར་དུ་མ་ཕྱིན་པར། །ཆོས་དོན་འཕྲི་ཤིང་གར་གྱིས་འབྱུགས་  
པ་མཐོང་། །ཞེས་བརྗོད་པ་འདི་སྟེ་ལ་འོས་ཤིང་སྟེ་ལ་མི་འོས་ཞེས་དབྱུད་  
གཞིར་སོང་ངོ་། །གཞན་ཡང་ཁོང་ན་རེ། མཐའ་བཞི་བྲལ་བ་ལ་གནས་ན་  
མཐའ་བཞི་རྣམ་བཅད་དུ་ཞེགས་པའི་མཐའ་བྲལ་ཡོངས་གཙོད་དུ་བྱུང་བ་  
དེ་ལ་གནས་ཞེས་ཁས་མི་ལེན་ན་རང་ཆོག་རང་གིས་སྤྱད་ཐུངས་པ་མ་ཡིན་  
ནམ་ཞེན། དེ་ལ་གནས་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི་མཐའ་གང་དུ་འང་མི་གནས་པ་ལ་  
གནས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་དངོས་སྟེན་གནས་པ་གང་ཡང་མེད་པ་དང་དོན་ཁྱེད་

མེད་པར་སོང་སྟེ། དགོངས་འགྲེལ་ལས། བཙུག་ལྷན་འདས་ཤེས་རབ་གྱི་  
 ལ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་འཛིན་ན། ངོ་བོ་ཉིད་དང་བཅས་པ་  
 ཉིད་ཀྱང་ཅིའི་སྤྲད་དུ་མི་འཛིན་ལགས། བཀའ་སྤྱུལ་པ། སྤྱན་རས་གཟིགས་  
 ང་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་འཛིན་པར་མི་སྦྱོམ་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་ཡི་གེས་  
 བསྟན་པ་མེད་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ། ཡི་གེ་མེད་པ་སོ་སོ་རང་རིག་པ་བསྟན་  
 པར་མི་རྣམས་པས། དེའི་ཕྱིར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་འཛིན་ཅོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །  
 ཞེས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་འཛིན་ཞེས་བ་དེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་  
 རྟོགས་ནས་ལྷ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱེན་པ་ཡི་གེ་མེད་པའི་དོན་བསྟན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 མེད་པའི་ཞེས་མདོན་རྟོགས་སུ་མི་འཛིན་པར་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་རྟོགས་  
 བ་ཤིང་མདོའི་དགོངས་པའི་དཔེ་དོན་རྟོགས་གྱི། གཞན་དུ་མ་རྟོགས་པར་  
 གསུངས་ཏེ། རྣམ་པར་འཕྱུལ་པའི་རྒྱལ་པོས་ཁྱེད་པའི་མདོ་ལས། མདོ་སྟེ་  
 ཐམས་ཅད་གྱི་བརྗོད་དོན་ཉིད་མཐར་བཟོན་དུ་མེད་པའི་དོན་དུ་འབབ་པར་  
 ཤེས་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དཔེ་དོན་དུ་འགྱུར་པར་གསུངས་ནས། རྣམ་པར་  
 འཕྱུལ་པའི་རྒྱལ་པོ་དོན་གྱི་རྣམ་པ་འདི་ལ་དེ་ལྟར་ཆོས་ཉིད་འདི་ལ་རྟོན་ན་  
 མདོ་སྟེ་ཐམས་ཅད་དཔེ་དོན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་མི་རྟོན་ན། མདོ་སྟེ་  
 ཐམས་ཅད་དང་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་དང་། མདོ་སྟེ་ཟབ་མོའི་བསྟན་དོན་  
 གྱི་དཔེ་དོན་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་དང་འགལ་བ་བརྗོད་པ་དང་རྟོག་  
 པའི་སྦྱོད་ལུལ་ཅན་དུ་བསྐྱེད་ན་དེ་དང་དོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། སྤྲུལ་ཡང་སྤྲུལ་དང་

དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་འགྱུར་ཞིང་། ལང་གཤེགས་ལས། དེ་ཡི་ཚུལ་  
ནི་རྣམ་གཉིས་ཏེ། བྱུང་པའི་མཐའ་དང་བསྟན་པའོ། །བྱིས་པ་རྣམས་ལ་བཞེད་  
པ་བཤད། །རྣམ་འབྱུར་ཅན་ལ་བྱུང་མཐའ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བསྟན་  
པའམ་བཞེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མོས་པ་བཞིན་དུ་མདོ་སྡེ་  
སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ཚོག་དང་ཡི་གས་བསྟན་པ་རྣམས་ལ་གསུངས་ཤིང་། དེ་དག་  
གི་བསྟན་དོན་བྱུང་མཐའ་ནི། གཅིག་ཐ་དད་གཉིས་གཉིས་མིན་སོགས་ཀྱི་  
མཐའ་དང་བྲལ་བ་སེམས་དང་ཡིད་དང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ལས་  
འདས་པ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་སྡོད་ཡུལ་ལུ་སྟེགས་  
སོགས་ཀྱིས་མུང་བར་མི་རྣམས་པ་དེ་ལ་གསུངས་པས་ན། མདོ་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་  
ཚོག་གི་སྒྲ་བྱིར་འབྲངས་ནས་དོན་ཀྱི་བྱུང་མཐའ་སྟོང་བར་བྱས་ན་མདོ་རྒྱད་  
ཀྱི་ངེས་དོན་ཅི་ལྟར་འཆད་དེ། མདོ་སྡེ་ཐམས་ཅད་ནི་ལུང་གི་ཚོག་ཡིན་པས་  
དེ་དག་གི་སྒྲོ་ནས་ཇི་ལྟར་བསམ་ཀྱང་སྒྲོས་མེད་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡུལ་གཏན་  
ལ་འབེབས་མི་རྣམས་པར་བྱང་དོན་དུ་འགྱུར་བས་ཏ་ཅང་ཐལ་ལོ། །དེ་བྱིར་  
མཐའ་བྲལ་དང་། སྒྲོས་མེད་དང་། བཞེད་མེད་དང་། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་  
པ་ཞེས་པའི་ཚོག་གི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་འཛིན་སྟངས་ཅན་དེ་ནི་མཐའ་བྲལ་  
དུ་འཛིན་པ། སྒྲོས་བྲལ་དུ་འཛིན་པ་ཅན་ཡིན་པས་མཛུབ་མོས་སྒྲ་བ་བསྟན་  
པ་ན་མཛུབ་མོ་རང་ལ་བལྟ་བ་ལྟར་སོང་ནས་འཛིན་པ་བྲམོར་གྱུར་བ་སྟེ། མདོ་  
ལས། དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། དུམས་པ་མཚན་མ་བྲམོ་

ནི་འདི་དག་ཡིན་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའི་མཆོན་མའམ། ཆོས་ལ་  
བདག་མེད་པའི་མཆོན་མའམ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལྟར་མཆོན་མ་  
ཕྱ་མོ་དག་འབྱུང་བ་ལའང་རེ་ཞིག་སེམས་བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་ན་རགས་  
བ་ལྟ་ཅི་སྟོན། ཞེས་དང་། ཆོངས་པ་ཁྱད་པར་སེམས་ཀྱིས་ཁྱས་པའི་མདོ་ལས།  
ལྟ་ཅི་བཅི་ཙམ་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཉིད་ལ་སྟོོ་འདོགས་པར་  
བྱེད་པ་དེ་ཙམ་དུ་སེམས་སྟོགས་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
ནོ། །དེས་ན་ལང་ག་ཤེགས་ལས་ཆོག་ཏུ་བཏགས་པའི་སྤྱི་མར་སེས་ཆོག་  
གི་ཡུལ་མིན་པ་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་སྟོང་ཡུལ་གཏན་ལ་འབབས་དགོས་པར་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་རྗེས་  
མཐུན་ཙམ་དུ་སོ་སྟེའི་ས་ནས་ཀྱང་འཇུག་དགོས་ཀྱི་དེ་ལྟ་མིན་ན་དོན་རྟེན་  
འགེལ་གྱི་ཡུང་གོ་ཏ་པ་སོགས་སྤར་དངས་པ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་  
དེ་འདྲའི་ཟབ་དོན་ལ་འཇུག་ཁུས་མི་ཁུས་དུ་མ་ཡོད་པ་ནི་དགག་ཏུ་མེད་དེ།  
སྟོན་གྱི་ཆོགས་བསགས་པ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་། སྤངས་པ་སྟོན་དུ་སོང་མ་སོང་། རང་  
གི་དབང་པོའི་རྣེ་རྒྱལ། དག་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་གདམས་པས་ཟིན་མ་ཟིན་  
ལས་དེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས། བཙམ་ལྟན་འདས་དོན་དམ་པ་རོ་གཅིག་  
ཏུ་གྱུར་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ནི། བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་བསྟན་པ་འདི་ཉིད་ལ་  
ཁྱེགས་པའི་དག་སྟོང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་རྟོགས་  
པར་དགའ་བ་ལགས་ན། འདི་ལས་སྤང་རོལ་པའི་མུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་

ལྷ་སྒྲོལ་གྱང་ཅི་འཆའ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དམིགས་པ་མཐའ་  
དག་དང་བུལ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་ཐོས་བསམ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་ཞུགས་ན།  
རི་རྒྱན་དུ། ཚངས་པ་བྱད་པར་སེམས་ཀྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། རི་ལྟར་ན་  
ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལགས། བཀའ་སྤྱུལ་པ། ཅམ་ཆོས་རྣམས་སྒྲོལ་  
བར་མི་བྱེད་པའོ། །རི་ལྟར་ན། དད་པ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ལགས། བཀའ་  
སྤྱུལ་པ། ཅམ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བརྗོད་དུ་མིད་པར་མོས་པའོ། །ཞེས་དང་།  
ལྷ་འི་བུ་གང་གི་ཆེ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས། རྒྱ་  
ཐམས་ཅད་ལ་ཉེན་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ལྟར། ལྷ་འི་བུ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་  
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུངས་པ་  
བཞིན་དུ་རྒྱ་བ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་པོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་བསམ་  
བརྗོད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སོ་སོ་རང་རིག་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྱུད་ལུལ་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་རི་བཞིན་ངེས་པ་མ་སྒྲེས་གྱང་མོས་  
པ་ཙམ་གྱིས་གྱང་པན་ཡོན་ཆད་མེད་པ་ཐོབ་ན་ངེས་པ་སྒྲེས་ན་ལྟ་ཅི་སྒྲོལ། མ་  
མོས་པར་སྐྱར་བ་བྲབ་ན་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་མེའི་བརྟན་དོན་ཟབ་མོ་སྤང་བར་  
འགྱུར་བའི་ཐྱིར་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་དག་གིས་གྲུབ་མཐའི་ཁ་འཛིན་  
གྱི་ཆོགས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤང་བའི་ཚུལ་ལ་  
བསམ་ན་དེ་དོན་ཆེ་བར་འདུག་སྟུམ་མོ། །དེ་ལྟར་སྒྲུས་པ་དེ་དག་པ་རོལ་པོ་  
ལ་ལན་བརྗོད་འདོད་ཁོ་ནས་མ་ཡིན་ཏེ། ཅམ་གྲོལ་དོན་གཉེར་ཅན་ལ་དེ་

བཞེན་གཤེགས་པའི་བཀའ་དོན་གིང་རྟ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་གིས་བཀྲལ་  
 བ་ལྟར་མི་རྟོག་ཡི་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་སྤྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྲོས་དོན་གོང་  
 གི་འཕྲོས་སུ། བདེན་མེད་ལ་གནས་པ་ནི་བདེན་མེད་མེད་དགག་ལ་དེར་ཞེན་  
 པའི་མཚན་མའི་རྟོག་པས་གནས་པར་སྤྲོས་མེད་ཀྱི། མཐའ་བྲལ་ལ་གནས་  
 པའང་དེ་དང་འདྲ་བར་མེད་མཐའ་ལ་གནས་པར་ག་ལ་འཕྱུར་ཏེ། སྤྲོས་བྲལ་  
 ལ་དགག་སྤྱབ་ཀྱི་མཚན་མར་འཛིན་པ་གང་ཡང་ཡོད་པར་བསྤྱབ་དུ་མེད་དོ། །  
 ཡང་ཁོང་ན་རེ། ཡོད་ཟེར་ཆད་ཡོད་མཐའ་དང་། མེད་ཟེར་ཆད་མེད་མཐའ་  
 ཁས་བྱུངས་ཏེ། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་འདི་གཉིས་མཐའ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་སོགས་  
 ཀྱི་མདོའི་དགོངས་པ་དེ་ལྟར་འདོད་ན། སྤྱད་པར། གནས་མེད་གནས་ཡིན་  
 ཞེས་དང་། རྒྱན་ལས་གནས་བྲལ་དང་། གནས་ཞེས་གསུངས་པའི་གནས་  
 མེད་དགོས་ན། གནས་མེད་ལའང་མཚུངས་པར་ཐལ་བ་དང་། མདོ་རྒྱན་  
 ལས། མེད་པ་གང་ཡིན་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་བྱངས་ཏེ། གཞུང་ཀྱན་ཏུ།  
 དམིགས་པ་བསྐྱོམ་པ་འབྲས་བུ་མ་བཀག་པའི་བྱིར་དང་། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 ཆོས་དབྱིངས་སྤྱོད་འདོགས་སོ་གཉིས་དང་བྲལ་བ་ཞེས་བཤད་མོད། ཅེས་ཟེར་  
 བ་ལ། ལན་སྤྲོས་པ། བདག་ཅག་གིས་ནི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་ཁས་ལེན་སོ་སོའི་  
 དབང་དུ་མ་བྱས་པར་ཡོད་ཟེར་ཆད་ཡོད་མཐའ་དང་། མེད་ཟེར་ཆད་མེད་  
 མཐའ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་མ་སྤྲོས་ཏེ། ཐ་སྙད་དབྱེད་པའི་སྤྲོས་སུ།  
 བདེན་སྤྱབ་དུ་མེད་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་མཐའ་མ་ཡིན་ཀྱི་རང་གི་ངོས་

སྐལ་གྱི་མཐའ་སེལ་བྱེད་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ཁོ་ནས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མཚན་  
མར་འཛིན་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་སེལ་མི་རྒྱས་པས། རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་  
དོན་དམ་སྒྲིས་བྲལ་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་སུ་མཚན་མར་འཛིན་པའི་ཡོད་པ་དང་  
མེད་པའི་མཐའ་བྲ་བའང་སྒྲོང་དགོས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་ཡོད་  
དང་མེད་པ་འདི་གཉིས་ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་མདོ་ཡི་དོན་སྒྲིས་པ་མེད་  
པ་ལ་བཤད་པ་ནི་ཚུལ་བཞིན་ལེགས་པར་སྒྲིས་པ་སྟེ། གང་ལ་མཐའ་ནི་ཡོད་  
མིན་པ། དེ་ལ་དབུས་ཀྱང་ག་ལ་ཡོད། ཅིས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་གྱི་འཆད་  
ཚུལ་ལྟར་ན། མཐས་པ་དབུས་ལ་གནས་པར་ཡོངས་མི་བྱེད། ཅིས་གསུངས་  
པའི་ཚིག་དང་དངོས་སུ་འགལ་ཏེ། མཐས་པ་དབུས་ལ་ཡོངས་སུ་གནས་པར་  
བྱེད། ཅིས་གསུངས་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དབུས་ལ་ཡང་བདེན་  
ཞེན་གྱིས་མི་གནས་པར་བཤད་པས་ཚོག་གོ་སྟམ་ན། མདོའི་ཡུང་སྒྲིས་བྲལ་  
སྟོན་པའི་ཚིག་ལ་རང་འདོད་ཀྱིས་བཤད་པ་མང་པོས་སྒྲིས་བྲལ་སྒྲིས་པའི་ལམ་  
དུ་འབྲེན་པའི་ངལ་བ་ཆེན་པོ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེས་ན་གནས་ལུགས་  
སྒྲིས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་དེ་ཉིད་མཐའ་དང་དམིགས་པའི་རྣམ་པ་གང་  
གི་ཚྭ་གས་སུ་མ་ལྟར་བ་ལ་གཞི་དབུ་མའམ་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་གཞི་དང་།  
དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་ལ་ལམ་དབུ་མ་ཞེས་བརྗོད་པ་གིན་ཏུ་འཐད་ཀྱི། ཡུལ་གྱི་  
དབང་དུ་བྱས་ན་ཡང་ཚྭ་གས་གཉིས་སུ་ཆད་ཅིང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་  
ན་ཡང་ཚྭ་གས་ཆ་གཉིས་སུ་འཛིན་པ་ལ་དབུ་མ་ཞེས་ངེ་ལྟར་བརྗོད་རིགས་



ཏེ། རྩོགས་གཉིས་པོ་དེ་ནི་དེར་ཟད་ལ། གཉིས་པོ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེམས་པ་ལ་  
 དབུས་ཞེས་བརྗོད་དགོས་ཀྱི། མཐའ་གཉིས་སུ་མ་སྦྱང་བའི་དབུས་ཞེས་པ་  
 སྤང་གསུམ་པ་སྟོ་གནས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ཐ་སྟད་དུ་འང་མི་རྟེན་དེ། སྤང་  
 གི་རྩ་ཡོད་དང་། རི་བོང་རྩ་མེད་ཀྱི་དབུས་སུ་གནས་པ་བཞིན་ནོ། །རྒྱན་ལས།  
 རྟོད་འབྲིང་གི་དམིགས་རྣམ་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་གནས་བྲལ་དང་། གནས་  
 དང་ཞེས་གསུངས་པ། གཟུགས་སྟོགས་འདུ་འགོད་ཀྱི་གནས་བྲལ་དམིགས་  
 པ། དེ་ལ་གནས་པ་མེད་པ་རྣམ་པ་ཡིན་པར་འགྲེལ་བས་བཤད་ལ། གནས་  
 པ་མེད་དགོས་ན་གནས་མེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་གསུངས་པས་སྟོབས་མཚུངས་  
 མོ་ཞེས་པ། ཐ་སྟད་ཀྱིས་གནས་པ་ཁས་མི་ལེན་ན། གནས་མེད་པ་འང་མེད་  
 པར་མཚུངས་སོ་ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་ཐ་སྟད་དུ་གནས་པ་ཁས་སྤང་  
 བའི་ཆེ་མི་གནས་པ་ཁས་མི་ལེན་ལ། དེ་དང་དོན་དམ་མཐའ་གང་ལ་མི་གནས་  
 པ་ཁས་ལེན་ཚུལ་ག་ལ་འདྲ། སྟུང་པར། གནས་མེད་གནས་ཡིན་ཞེས་པ་ཡང་  
 དོན་དམ་གྱི་ངོ་བོ་གནས་མེད་ལ། དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྟོས་ཡུལ་དུ་  
 བྱས་པ་ལ་ཐ་སྟད་དུ་གནས་པ་ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་དང་། མདོ་རྒྱན་ལས།  
 མེད་པ་གང་ཡིན་ཡོད་པའི་དམ་པར་གསུངས་པ་དང་། རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་མི་  
 དམིགས་པ་ཉིད། དམིགས་པའི་མཆོག་ཏུ་བསྟན་པ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་སྟེ། དོན་  
 དམ་པར་གང་ཡང་མ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད། ཐ་སྟད་དུ་དམིགས་པའི་མཆོག་  
 ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གཞུང་ཀྱན་ཏུ་ཡོད་པ་དང་དམིགས་བསྟོམ་འབྲས་

ལུ་རྒྱལ་མ་མ་བཀག་ཅིས་པ། ཐ་སྙད་དུ་མ་བཀག་པ་ལ་ཟེར་རམ། རོན་དམ་  
པར་མ་བཀག་པར་ཡོད་པ་དང་དམིགས་པ་སྟགས་ཡོད་པར་བཤད་ཅིས་ཅི་  
ལ་བསམ་ནས་དེ་སྐད་སྒྲ། དང་པོ་ལྟར་ན་འདོད་དེ། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་མེད།  
དམིགས་པ་མེད། སྒྲིམ་པ་མེད། འབྲས་བུ་མེད་ཅིས་སྤྲུལ་གྲང་ཁས་མ་བྲངས་  
བས་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། རོན་དམ་པར་ཡོད་པ་སྟགས་དཔུ་མ་པ་སྤྲུལ་  
གྲང་ཁས་བྲངས་མི་རིགས་པས་སྒྲིམ་བཞིན་དེ་འདྲ་ཡིག་ཚོགས་ཀྱི་ངལ་བ་ཙམ་  
དུ་ཟེད་དོ། ཁྱོད་ཀྱིས་གྲང་ཚོས་དབྱིངས་སྒྲིམ་འདོགས་སྟོན་གཉིས་དང་བྲལ་བ་  
མཛོན་དུ་མ་བྱས་པར་ཤེར་བྱིན་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བཤད་མེད་ཅིས་  
པ། དེ་ལྟར་ཡིན་གྲང་། རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་རོན་དམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་པས་ཚིག་དེས་གཞོད་པ་ཅུང་ཟད་གྲང་མི་རུས་སོ། །  
བཞིན་བྲལ་ཁ་བྱང་སྒྲིམ་ངན་ཁྱོད་ཅིས་གསུངས་པ་ནི་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་མད་པར་  
སྤང་སྟེ། ཁོ་པོ་བཞིན་བྲལ་ལས་གྲང་བདེན་མེད་ཁ་བྱང་གི་སྒྲིམ་ངན་ཞིག་  
ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་དམིགས་མེད་བཞིན་བྲལ་དང་། སྒྲིམ་བྲལ་ཞེས་པའི་  
ལྟ་བུ་མཐོ་ཞིང་ཟབ་པ་སྒྲོ་ལ་བདེ་སྤྲུག་ཏུ་འཆར་དགའ་ཞིང་། གཅིག་དུ་བྲལ་  
སྟགས་ཀྱི་རིགས་པས་དཔྱོད་པའི་བདེན་སྟོང་ཙམ་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་འཆར་བདེ་བས།  
རང་སྒྲོའི་རུས་པ་དང་འཚམས་པར་དོན་དེ་ཉིད་ཅུང་ཟད་རེ་བསམ་ཁུལ་བྱས་  
གྲང་། ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་ལས་ཉོན་བག་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཚན་  
ཆེ་བས་སྤར་ཡང་གནད་དུ་ཁེལ་བ་མ་བྱུང་ལ། བྱིས་སུ་ནི་ནད་ཀྱི་ཟུག་རྩྱུག་

པོས་བར་ཆད་པ་མེད་པར་མཐར་བ་དང་ལྷན་ཅིག། ཐོག་མེད་ནས་གོམས་  
 པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་ལས་སུ་བྱང་བར་མི་བྱེད་པའི་ཆོ་  
 བློ། རང་མཐར་བ་འདི་ལས་ཕྱང་ཟད་དུགས་འབྱེན་པའི་སྤྲད་དུ་འཛིགས་  
 སྟོབ་ཀྱི་བསམ་པས། ནད་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་ཆགས་སྤང་གི་ཡུལ་རིགས་པས་དབྱེད་  
 དེ་བདེན་མེད་དུ་བསམ་པའི་ཆོན་བདེན་པ་མེད་ཀྱང་ཐ་སྟད་དུ་ཡོད་སྟམ་པའི་  
 སྟོག་ཉིས་ལ་བརྟེན་པའི་ཡིད་དེའི་ངོར། ཐ་སྟད་དུ་ཡོད་པས་ཡོད་གོ་ཆོད་ལ།  
 དོན་དམ་པར་མེད་པས་མེད་གོ་མ་ཆོད་པ་ལྟ་བུར་སོང་ནས། སྟག་བསྐལ་  
 དང་ཉོན་མོངས་པ་ལ། དེ་ཕན་འདི་ཕན་གྱི་ལག་རྩེས་གང་ཡང་མ་བྱུང་བར་  
 ཐ་མལ་པ་དང་བྱུང་མེད་པའི་སྒྲིམ་རན་ཞིག་ཡིན་པའི་སྤྲད་ཆོད་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་  
 སྟེན་གྱིས་གཟིགས་ནས་གང་མས་པའི་མཆོག་ནི་མཆོང་ལ་རྟོལ་བའོ་ཞེས་པ་  
 དེ་གནང་བ་ལ་གྲུས་པ་དེ་དེ་ལྟར་ལགས་སོ་ཞེས་པ་ལས་སུན་འབྱེན་པའི་བསམ་  
 པས་སྒྲུབ་གང་ཡང་མི་ཕྱོམ་མོ། །དེ་ལྟ་བུར་བྱུར་བ་ནི་རང་ཉིད་ཞན་པར་བྱུར་  
 གྱི། གཞན་གང་ཟག་སྦྱེས་བྱ་དམ་པ་སྒྲུབ་པའི་ཉིང་དེ་འཛོན་གྱི་མལ་ན་  
 བཞུགས་ཤིང་། མཉམ་རྩེས་སྟེལ་པའི་བྱུན་གསེང་དོན་ལྷན་དུ་འགྱུར་བྱིང་།  
 མཉམ་བཞག་གི་བོགས་འདོན་མན་ངག་ལ་མཁམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲིད་པའི་  
 ནད་བརྒྱ་བྱང་འབྱེན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་དོན་ལ་བསྒྲིམས་པའི་  
 ཉམས་མྱོང་བསྐྱེད་པས་ནི། བྱུན་རེ་རེས་ཀྱང་སྟག་བསྐལ་དང་ཉོན་མོངས་  
 པ་རྣམས་ཆོད་པའི་ནད་ལ་ག་བྱུར་བཏང་བ་ལྟར་སེལ་གིན་ལོས་ཡོད་སྟམ་

པའང་བྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཞུང་བཤད་རྣམས་ནི་སྔོན་གྱི་མཁས་གྲུབ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་བརྗོད་པས་གོ་དཀའ་མིང་བྲལ་བའི་གཞི་དང་པ་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་སྟེ། དེའི་ཚུལ་སྒྲིབ་པའི་ནུབ་ས་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་སོ། །ཁྱེད་ཀྱི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་ནི་ཉམས་འགྱུར་ལེགས་ཀྱང་ཡིད་ཀྱི་བཟོ་ཞེས་བར་དང་གི་སྒྲོ་བཟོ་རྟོག་བཟོ་འདི་གོ་ཞེས་བར་སོང་ངོ་། །ལེགས་པར་བསམ་ན་རྒྱལ་བའི་གསུངས་རྣམས་ལ། །དེད་དང་ཁྱེད་ཀྱི་ལུགས་ཞེས་བཅད་པ་མེད། །ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་བཞིན། །བདེན་པ་མཐོང་བའི་མཁས་གྲུབ་མཚོ་གསུངས་ཀྱིས། །ལེགས་པར་བཤད་པའི་བཀོ་སྐལ་མི་དམན་པ། །བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་ལའང་མཆིས་མོད་ཀྱི། །གང་ཞིག་གཟུ་བོར་གནས་པའི་སྒོས་དབྱོད་ལ། །ཡང་དག་གྱུར་པ་དེ་ནི་གཟུང་བར་རིགས། །རྣམ་གྲོལ་ཕྱིར་དུ་རྣམ་བར་དབྱུད་པ་ལ། །རྣམ་བར་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་དེས་ཅི་བྱ། །རྒྱལ་བས་གསུངས་པར་ཤེས་ཀྱང་སུན་འཕྱིན་ན། །རྒྱལ་བའི་བརྒྱུད་འཛིན་དུ་ཡང་ཇི་ལྟར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་ཟབ་མོའི་དོན་གྱི་གནས་རྣམས་ལ། །སྤྱི་ལོ་མཁས་གྲུབ་ཆེ་རྣམས་དགོངས་མཐུན་དུ། །བསྐྱབ་པར་བུས་ན་གངས་ཅན་བསྟན་འཛིན་རྣམས། །ཚུད་པ་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་དགའ་བ་ཐོབ། །ཅེས་བར་སྐབས་ཀྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ། །

སྤྱིར་ཡང་ཚུད་ཡིག་དུ། །ཉན་ཐོས་སྟེ་པས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་དང་། །རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་བཟུང་ན་མཐའ་གཉིས་སུ་ལྷུང་བར་འདོད་པར་ཐལ་

བ་དང་། རྣམ་རིག་པས་མདོ་རྒྱུད་ཟབ་མོ་མཐའ་ཡས་པའི་དགོངས་དོན་འགྲེལ་  
ཞིང་། དགོངས་འགྲེལ་དུ་ལམ་འདི་ཉིད་དང་སྒྲུབ་པ་འདི་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་  
དང་བདེ་བ་སྒྲུབ་མེད་པའི་མུང་འདས་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཞེས། སྟོང་བ་ཉིད་  
དང་བདག་མེད་པ་རྟོགས་པའི་ལམ་མཆོག་རྒྱ་གསུངས་ཤིང་། འོད་སྤྱང་གི་  
ལེའུར། མཐའ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབུ་མའི་ལམ་མོ་ཞེས་  
གསུངས་པ་དབུ་སེམས་ཀྱིས་གྱིས་སོར་བཞག་རྒྱ་བྱེད་ཀྱང་བྱེད་ཅག་གིས་ད་  
དྲུང་དེ་ལས་འདྲའ་བར་སྒྲུབ་ནི། མཐའ་ལྡ་པའི་གཡང་དུ་མཆོང་བར་འདོད་  
པ་སྟེ། མཐའ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་ལ་གནས་པར་མི་རུང་ན། དབུས་དེ་གཉིས་  
ཀྱང་དང་། གཉིས་མིན་དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་མཐའ་གང་ཡིན། དབུ་མ་ཞེས་  
པའི་དབུས་མེད་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དབུས་མཐར། སྟོང་བ་མ་ཡིན་མི་  
སྟོང་མིན། །ཡོད་པས་མེད་པས་ཡོད་པས་ན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཤེར་མདོའི་  
དགོངས་པ་འགྲེལ་པའི་ཚུལ་ཀྱིན་མཁྱེན་གཉིས་པས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལྟར་  
རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་སུ་འགྲེལ་དགོས་ཤིང་། མདོ་རྒྱུན་དུ། ཡོད་མིན་མེད་  
མིན་དེ་བཞིན་མིན་གཞན་མིན། །ཞེས་དང་། མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་ལས། དེ་  
ལ་རྟག་ལ་སོགས་ཚུལ་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པས་རྣམ་རིག་པ་དང་། རང་  
རྒྱུད་པས་ཀྱང་མཐའ་ཀྱན་དང་བལ་བའི་སྒྲོས་བལ་སྟོང་བ་ཉིད་རང་རང་གི་  
གཞུང་རྣམས་སུ་བཤད་པར་འདོད་དགོས་ཤིང་ཁས་ཀྱང་ལེན་པའི་ཕྱིར། ཁྱུང་  
གྱིས་རང་རྒྱུད་པས་རྣམ་གྲངས་ཅམ་དང་། ཐལ་འགྱུར་པས་རྣམ་གྲངས་མ་

ཡིན་པ་ཙམ་འདོད་ཟེར་བས་དེ་ལྟ་ན་དོན་དམ་སྣ་མ་བྱི་མར་འཇུག་པའི་སྒོ་ཡིན་  
ཞེས་ཀྱང་བྲིས་པས། དེ་ལྟར་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཞིང་སྣ་མ་སྒོར་འདོད་པ་སྣར་མ་  
བྱུང་བའི་གྲུབ་མཐའ་ལྟ་བུ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་ནམ། རང་རྒྱུད་པས་བྱི་མ་  
འདོད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་སྒྲེ་བ་མེད་ལ་སོགས་མི་སྤྱད་ཅིས་པའི་  
ལུང་དངས་པས་ཀྱང་ཁས་སྤངས་མོད། དེགས་པས་བདེ་སྤྱད་ན། རང་  
རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཡོད་མཐའ་བཀག་པའི་སྒྲོང་ཉིད་དང་།  
མཐའ་བཞི་དང་བུལ་བའི་སྒྲོང་ཉིད་གང་མི་འདོད་ཅིས་བརྟགས་པས་ཤེས་  
ཤིང་། ཐལ་འགྱུར་པས་དོན་དམ་གཉིས་སུ་མི་འབྱེད་ཅིས་གསལ་བར་སྒྲུས་  
པ་དེ་ལྟ་ན། དེས་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པ་མཐའ་བཞི་དང་བུལ་བའི་སྒྲོང་ཉིད་  
ཆེན་པོར་འདོད་པར་ཐལ། རྣམ་གངས་པར་མི་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་  
མི་རྣམས་ཏེ་སྤྱང་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་ཞེས་སྣར་ཁྲི་ཀར་དངས་པ་དེའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར་  
བ་ལ། ལན་བརྗོད་པ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་འབའ་  
ཞིག་ཏུ་འཛིན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་  
འཛིན་པ་ཡིན་ལ། དེ་དབུ་མ་པས་དབྱུད་ན་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྟར་བ་མ་  
ཡིན་ཀྱང་། དེ་དག་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མཐའ་བུལ་ལ་འཇུག་མི་རྣམས་པས་རང་  
ལམ་གྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་དང་། བདག་དེས་ཆོས་རྣམས་སྒྲོང་པ་  
དང་། མི་རྟག་སྤྲུལ་བསྐལ་སོགས་བདེན་བཞི་རྣམ་པ་བརྟུངས་གི་འཛིན་པ་  
དང་དམིགས་པ་ཅན་ཡིན་པར་བདག་ཅག་གིས་འདོད་ལ་ཁྱེད་ཅག་ལྟར་ན་

གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འཛིན་པ་དག་གྲང་  
 དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱུང་ལ་གནས་པའི་དབྱུང་པར་ཡང་འདོད་རིགས་ལ། ཉན་  
 ཐོས་པ་དག་གིས་སྟོང་ཉིད་རྫོགས་པར་རྟོགས་པར་འདོད་པ་ལྟར་ན་ནི་དབྱུང་  
 མ་པར་སྟོས་མ་དགོས་སོ། །རྣམ་རིག་པས་སྟོང་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལམ་  
 དེས་གྲུབ་པ་དང་། བདེ་བ་བླ་ན་མེད་པའི་མྱང་འདས་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་  
 ལྟར་དེ་འདྲའི་སྟོང་བདག་མེད་འོད་སླུང་གི་ལེའུ་ལས། མཐའ་གཉིས་ཀྱི་དབྱུང་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་དབྱུང་སེམས་ཀྱན་གྱིས་སོར་  
 བཞག་བྱེད་པ་དང་། མཐས་པ་ཕལ་མོ་ཆེས་རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་སུ་བབད་  
 པའི་དབྱུང་མཐའི་གཞུང་ལས་གསུངས་པ་དང་། མདོ་རྒྱན་ལས། ཡོད་མིན་  
 སོགས་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད། གཞུང་དེ་དག་གིས་བྱེད་ཅག་ལྟར་དབྱུང་  
 ཞེས་པ་ཀ་བ་གཉིས་བསྒྲིག་གི་བར་མཆོམས་ལྟ་བུ་དམིགས་པ་ཅན་ཞིག་ལ་  
 གནས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་དུ་རྩོམ་མ་བཟུང་སྟེ། དབྱུང་མི་དམིགས་པར་གསུངས་  
 པ་ནི། དཀོན་བརྟེན་འོད་སླུང་གི་ལེའུ་ལས། འོད་སླུང་། རྟག་ཅེས་བྱ་བ་  
 ནི་མཐའ་གཅིག་གོ། མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མཐའ་གཉིས་སོ། །མཐའ་དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་དབྱུང་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། དབྱུང་དུ་མེད་པ། བསྟན་དུ་མེད་པ། རྟེན་  
 མ་ཡིན་པ། སྣང་བ་མེད་པ། རྣམ་པར་རིག་པ་མེད་པ། གནས་མེད་པ་སྟེ།  
 འོད་སླུང་། འདི་ནི་དབྱུང་མི་ལམ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པ་ཞེས་  
 བྱེད། ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མཐའ་གཅིག་གོ། །བདག་

མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐའ་གཉིས་སོ། །མཐའ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་གང་ཡིན་  
 བ་དེ་ནི་དབྱུང་དུ་མེད་པ་སོགས་གོང་ལྟར་འགྲེམ་སྤྱད་ཏེ། འཁོར་བ་བྱུང་འདས།  
 ཡོད་པ་མེད་པ་སོགས་ལ་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་པའི་དོན། རྒྱལ་ཚབ་ས་བཅའི་  
 དབང་ལྷན་གིས་ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་པར། གཉིས་སུ་མེད་  
 ཅིང་བརྗོད་མེད་པའི། ཆོས་ཉིད་རབ་རྒྱ་གནས་ཕྱིར་རོ། །སྣང་བ་མེད་ལས་  
 གཉིས་དང་ནི། རི་ལྟར་མངོན་པར་བརྗོད་པ་དང་། དབང་པོ་ཡུལ་དང་རྣམ་  
 རིག་དང་། རྫོང་གི་འཛིག་རྟེན་སྣང་མེད་ཕྱིར། དེས་ན་འདིས་ནི་བརྟག་མེད་  
 བཤ། །བསྟན་དུ་མེད་པ་གནས་མེད་པ། སྣང་བ་མེད་ཅིང་རྣམ་རིག་མེད། །  
 གནས་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། མཚན་ཉིད་མདོ་  
 བཞིན་བརྗོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ན།  
 འདི་ནི་གཟུང་འཛིན་མེད་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྦྱོས་པ་དང་བྲལ་  
 བའི་སྦྱོད་ཡུལ་བསྟན་པ་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་དང་མཐུན་གྱི། ཟིན་  
 ཅག་གི་དབུས་ངོས་བཟུང་བ་ལྟར་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་དབུས་  
 དང་མེད་དགག་དེ་ལ་གནོད་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
 སུ་མེད་ཅིང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་རང་གི་དོ་བོ་ལ་གནས་པ་ཉིད་ལས་  
 སྣང་མེད་དབུ་མའི་ལམ་ཐོབ་ཚུལ་ནི། བདག་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་མཐར་  
 བྱས་ན་དེ་གཉིས་སུ་མ་ལྟར་བའི་དབུས་ནི། རྟོག་མེད་དབང་ཤེས་ལ་གཟུང་  
 འཛིན་གཉིས་སུ་སྣང་བ་མེད་པས་བརྟག་པའམ་དབྱུང་དུ་མེད་པ། གཉིས་



སྣང་ལ་མངོན་པར་ཞེན་ནས་ཡིད་རྟོག་བཅས་ཀྱིས་བརྟོན་པ་མེད་པ་ནི་ནང་  
 ཡིད་ཀྱི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་། ཤེས་པ་སྦྱེ་བའི་གནས་  
 གསལ་རྟོན་མིག་སོགས་དབང་པོ་མེད་པ། གཟུགས་སོགས་བྱི་ཡི་ཡུལ་སྣང་པ་  
 མེད་པ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སོགས་རྣམ་པར་རིག་པ་མེད་པ། འགོ་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཐུག་མོང་སྟོང་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་དུ་སྣང་པ་མེད་པས་  
 བ། དེ་རྣམས་གང་གིས་ཀྱང་ཁྱད་པར་དུ་བྱུང་མེད་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་རོག་ཅིག་  
 ཏུ་གྱུར་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཉིས་སྣང་རུབ་ཚུལ་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། ཁྱོད་  
 ཀྱི་འདོད་པའི་དབུས་དེ་ལ་འདི་འདྲའི་ཁྱད་པར་མེད་པར་མ་ཟད་འདི་དང་  
 དངོས་སུ་འགལ་བའི་མི་མཐུན་ཚུགས་སུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེས་ན་གཟུང་  
 འཛིན་ཐམས་ཅད་བྲལ་བ་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོང་ཡུལ་སྦྱོས་བྲལ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཐོས་བསམ་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་ནས། དེ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པས་རྣམ་  
 ཀྱལ་མཆོག་ལྡན་ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཉིས་སྣང་རུབ་པའི་དུས་ན་གོང་བཤད་  
 ལྟར་འབྱུང་རུང་གི་ད་ལྟ་གཏན་ལ་ཐབ་རྒྱའི་སྟོང་ཉིད་དང་། ཕྱིས་སུ་མངོན་  
 སུམ་རྟོགས་ནས་དེ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པས་གཉིས་སྣང་རུབ་པའི་དུས་ཀྱི་  
 སྟོང་ཉིད་གཉིས་ཐད་དང་། དེ་འདྲའི་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
 ཏུ་འགྱུར་རོ། ཁོང་ན་མཐའ་གཉིས་སུ་བསྟན་པའི་ཚུགས་གཅིག་མེད་དགག་  
 གི་སྟོང་ཉིད་ལ་གཉིས་སྣང་རུབ་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་གོང་བཤད་ལྟར་ཐ་སྟོང་དུ་  
 ཡོད་པའི་སྣང་བ་ཐམས་ཅད་ནི་མ་སྣང་ལ། མེད་དགག་འབའ་ཞིག་པ་ལ་

གཉིས་སྒྲུབ་ཅུབ་དགོས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེའི་ཆོད་གསལ་བྱ་བ་དེན་གྲུབ་བཀག་  
 བ་ལ་མི་ལྟོས་པའི་བདེན་མེད་ཡན་གར་བ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ཇི་ལྟར་སྒྲེ་རིགས་ཏེ།  
 དགག་གཞི་ཡང་མ་སྒྲུབ་། དགག་བྱ་ཡང་མ་བཟུང་བར། མེད་དགག་ཡན་  
 གར་བ་རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པས་འཛིན་པ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མི་རིགས་ན་དོན་དམ་  
 བར་ཇི་ལྟར་རུང་། དགག་བྱ་བཀག་པ་ལ་ལྟོས་ནས་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་མིན་  
 བར། མི་ལྟོས་པར་རང་རྒྱ་བའི་རྩལ་དུ་ཡོད་ན་བདེན་མེད་ལ་བདེན་མེད་སྒྲུབ་  
 པའི་རིགས་པའི་འཐད་པ་ཡང་བསྟན་དུ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། བརྟག་པའི་  
 དངོས་ལ་མ་རེག་པ། །དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཛིན་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དབུས་ཞེས་པ་མཐའ་གང་ལ་འང་མི་དམིགས་པ་ལ་  
 བརྟེན་གྱི་དམིགས་པ་ཅན་གྱིས་གནས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་འཛིན་དགོས་ན།  
 སྟོང་བ་ཉིད་ཇི་ལྟར་བསྟན་གྱང་ནམ་པར་རྟོག་པ་དང་སྒྲོས་པ་ལས་འདས་པ་  
 གཏན་མི་སྤྱིད་བས། ལྟ་བར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་མ་མཐོང་བས་སྟོང་བ་ཉིད་  
 དང་། མཚན་མར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་མ་མཐོང་བས་མཚན་མ་མེད་པ་དང་།  
 འདོར་ལེན་གྱི་སྒྲོན་པ་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་པས་སྒྲོན་པ་མེད་པར་གསུངས་  
 པའི་མདོ་ཐམས་ཅད་ལོག་པར་བཤད་དགོས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་ན། སྒྲེ་  
 འཕགས་གཉིས་ཀས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་རྩལ་གང་ལ་བསམས་གྱང་དབུས་ངོས་  
 འཛིན་རྩལ་དེ་འདྲ་སྒྲུབ་པར་དཀའ་ལོ། །དེའི་བྱིར་གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་  
 དབུ་མེམས་གཉིས་ཀས་སོར་བཞག་བྱེད་པ་ནི་དེ་ལྟར་བདེན་ཏེ། མེམས་ཅམ་

པས་ཀྱང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་མདོ་ནས་རི་སྐད་བཤད་པ་དེ་ལྟར་  
 འདོད་ན། བྱིད་ཅག་དབུ་མའི་རྒྱལ་པོ་ཐལ་འགྱུར་པར་འདོད་པ་དག་གིས་  
 དེ་བས་འདས་ཏེ་སྐྱུ་མ་ན་གྲུབ་མཐའ་ལྟ་པའི་རྒྱལ་བ་བྱུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། ཟླ་  
 བའི་བཞེད་པ་ལྟར་གྱི་འཕགས་པ་སྟོབ་པའི་མཉམ་བཞག་སྤང་མེད་ལ་མེད་  
 དགག་རི་ལྟར་སྤང་བ་ཡང་བསྐྱབ་དགོས་སོ། །བདག་ཅག་གིས་ཡུང་འདིའི་  
 དོན་འདི་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོད་ཡུལ་བསྐྱབས་པས།  
 གྲུབ་མཐའ་ལྟ་པའི་གཡང་ལ་མཆོང་བར་འགྱུར་བའི་སྟོན་བརྗོད་པ་ནི་ཤིན་  
 ཏུ་གོ་ལོག་ཏུ་སྐྱུ་མ་པར་མཛོད་ནོ། །དེའི་ཕྱིར། མཁས་པ་དབུས་ལ་གནས་པར་  
 ཡོངས་མི་བྱེད། བྱིས་གསུངས་པ་དེ་ལྟ་བུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡོད་མེད་  
 གང་གི་མཐར་མ་ལྟར་བའི་མཐའ་བལ་གྱི་གནས་ལུགས་གཞི་དབུ་མ་དང་།  
 དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ཞུགས་པའི་སྟོང་མ་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་ལམ་དབུ་མར་  
 འདོད་ཅིང་། དེ་འདྲའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྟོ་དེས་མཐའ་གཉིས་ཀ་ཅིག་ཆར་  
 སེལ་བྱས་པས་དེ་ལ་གོགས་གཞན་ཅི་ཡང་མི་དགོས་སོ། །བྱིད་ལྟར་ན་ཡུལ་  
 གྱི་ངོས་ནས་བདེན་མེད་ཡིང་པ་དེས་མེད་མཐའ་སེལ་བ་ལ། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་  
 པ་གོགས་སུ་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་ཅན་འཛིན་པའི་སྟོ་ལའང་  
 ཡུལ་དེ་གཉིས་ཀ་འཛིན་པའི་སྟོ་བསྐྱེད་ནས་མཐའ་གཉིས་སེལ་རྒྱལ་ལྟར་  
 བ་སྟོ་གཅིག་གི་མཐའ་གཉིས་སེལ་བ་ཞིག་མེད་པས་གནས་པར་བྱ་ཡུལ་དང་།  
 གནས་བྱེད་གྱི་སྟོ་དབུ་མ་ཞེས་པའང་མིང་ཅོམ་དུ་སོང་ལ། བདག་ཅག་གིས་

ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱུང་འཇུག་སྒྲིབ་མཐའ་བརྒྱད་བྲལ་དེ་ཉིད་གཞི་དབུ་  
 མ་དང་། དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་དེ་དབུ་མའི་ལམ་ལ་གནས་པ་ཞེས་ཐ་སྐྱད་  
 བྱེད་པས། དབུས་དང་དབུ་མའོས་ཟིན་མ་ཟིན་དེ་དག་ལ་སྒྲོ་ལྡན་གཞན་དག་  
 གིས་དབྱེད་པས་ཤེས་སོ། །བདེན་མེད་མེད་དགག་ཅུམ་ཞིག་གནས་ལུགས་  
 མཐར་ཐུག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཡིན་ན། མཐའ་གཉིས་དང་བཞི་དང་བརྒྱད་དང་  
 སྒྲོ་འདོགས་སོ་གཉིས་རྣམས་བྱུང་དུ་སྐྱུར་ཏེ་དེ་དག་གི་འཛིན་སྐྱབས་ཐམས་  
 ཅད་བཀག་པ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་དེ་དག་གི་སྤྱིང་གི་བདེན་གྲུབ་འགོག་པའི་ཚུལ་  
 ཏུ་གོ་དགོས་ན་བདེན་མེད་དུ་འཛིན་པ་དེ་གཅིག་ཤུས་སྒྲིབ་མཐའ་དེ་ཐམས་  
 ཅད་ཞིགས་ནས་དབུས་ལ་གནས་པར་འཐད་དགོས་ན་ཡང་། བདེན་མེད་  
 དང་བདེན་མེད་དུ་འཛིན་པ་གཉིས་ཀས་མཐའ་གཉིས་ཅིག་ཆར་སེལ་མི་རུས་  
 པས་ཐ་སྐྱད་དུ་ཡོད་པ་གོགས་སུ་དགོས་པར་བྱེད་རང་གིས་མ་བཤད་དམ།  
 དེས་ན་ཆོག་དེས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་ལ་གནས་དགོས་ཞེས་བསྟན་པས། དེ་  
 གཉིས་མཐའ་ཡིན་པར་བྱེད་རང་གིས་ཀྱང་ཁས་སྐྱབས་ཏེ། མ་སྐྱབས་ན་དེ་  
 དག་ཉིད་ལ་གནས་པས་ཆོག་གི་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་ལ་གནས་པར་ཡང་ཅི་  
 ཞིག་དགོས། དེའི་སྤྱིར་ན་བདེན་མེད་མེད་དགག་འབའ་ཞིག་མའོན་ཟུམ་  
 མཐོང་བའི་འཇགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་མེད་དགག་གི་སྤྱིང་ཉིད་  
 ལ་གཉིས་སྐྱབས་ལུབ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པས་བྱེད་ཅག་རང་གི་ཁས་སྐྱབས་ལྟར་  
 ན་ཡ་གྲུལ་མ་ཆང་བའི་སྤྱིར་དབུས་ལ་མི་གནས་པར་འགྱུར་རོ། །སོ་སྤྱོས་ཐ་

སྣང་དུ་ཡོད་དོན་དམ་དུ་མེད་དོ་སྣམ་པ་ནི་དབུས་ལ་གནས་པར་འགྱུར་བར་  
 ཐལ་ལོ། །དེ་པོ་ཉིད་སྣང་དང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་གང་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་  
 གྲུང་མེད་དགག་འབའ་ཞིག་ཡིན་ན་ཏུ་ཅད་ཐལ་ཏེ་རེ་ཞིག་སྒྲོས་པར་མ་བྱས་  
 མོ། །མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་དུ། དེ་ལ་རྟག་ལ་སོགས་ཚུལ་གྱིས། །གནས་པ་བཀག་  
 བས་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ནི་དབུ་མའི་ལུགས་ཡིན་ལ། །གཞུང་དེས་དངོས་  
 བརྟན་ཐམས་ཅད་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལྟར་ཡིན་པར་བྱེད་འདོད་ན་ཤེར་  
 མདོའི་དགོངས་པ་རང་རྒྱུད་པ་ལྟར་གནས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། རྒྱལ་  
 ཚབ་ས་བཅུའི་དབང་བྱུག་གིས་ཤེར་མདོའི་དགོངས་པ་ཇི་ལྟར་གཟིགས་པ་དེ་  
 ཤེར་མདོའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཏུ་མ་སོང་ན། དེ་ལས་གཞན་པ་སྤྱིས་གྲུང་  
 དེ་ལས་ལྟག་པར་རྟོགས་མཁན་དགོན་ལ། མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་གིས་ཇི་ལྟར་  
 བཀྲལ་བ་ལྟར་མདོ་རང་ན་ཡང་དེ་ལྟར་བརྟན་པའི་གསུང་དངོས་སུ་ཡོད་པས་  
 སངས་རྒྱུས་གྲུང་རང་རྒྱུད་པ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །མགོན་པོ་ལྷ་རྒྱུ་བ་ཀྱིས་ཉན་  
 རང་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ལྷ་བའི་ཞབས་ཀྱིས་བསྐྱབ་  
 པའི་རིགས་པ་དེས་དེ་ལྟར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེན། ལྷ་རྒྱུ་བ་དང་ལྷ་བའི་ཞབས་  
 ཀྱིས་ཉན་རང་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་གསུངས་གྲུང་། སྟོང་ཉིད་  
 རྟོགས་པར་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་མ་གསུངས་པས་ལུགས་དེས་མདོན་རྟོགས་  
 རྒྱུ་རང་རྒྱུད་པའི་གཞུང་དུ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་གང་ཡང་མེད་དེ། ཐལ་རང་སྤྱི་  
 ལུགས་ལ་འང་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་བོད་སྤྱི་རབས་པ་དག་འདོད་པས་མདོན་རྟོགས་

རྒྱུན་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ཡིན་པར་མ་གྲུབ་ལ། གྲུབ་ན་དེར་སློབ་བྲལ་ཉིད་  
རྒྱ་ཆེར་གྲུབ་པ་དེ་ལས་ཀྱང་ལྷག་དགོས་པའི་ཐལ་འགྱུར་པ་ནི་སྣ་མ་ལས་གཞན་  
པའི་སློབ་པ་ཐུགས་རེ་ཁེགས་པའི་སྣང་ཉིད་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱབ་པས་སྣ་མ་ལས་  
འཕགས་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། རང་རྒྱུད་པའི་གཞུང་དུ་འང་དེ་གྲུབ་ཟིན་ལ།  
རང་རྒྱུད་པས་འདོད་པའི་སློབ་བྲལ་ནི་འདིས་ཁས་མི་ལེན་པར་འདོད་པའི་  
ཐུར་རོ། །དེས་ན་མཐའ་བྲལ་དམིགས་པ་མེད་པའི་དོན་དེ་ལྟ་བུ་ལ་དབུ་མར་  
བཤད་པའི་དབུས་དེ་གཉིས་ཀ་གཉིས་མིན་གྱི་མཐའ་གང་ཡིན་ཞེས་འདྲི་ན་  
གང་ཡང་མིན་ཏེ། མཐའ་བཞི་ཀ་དང་བྲལ་བའི་ཐུར་རོ། །བདེན་མེད་དང་  
ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་དབུས་དེ་དེ་གཉིས་གང་ཡིན་ཞེས་འདྲི་བ་ལ་གཉིས་མིན་  
གྱི་མཐའ་ཡིན་ཏེ། ལུགས་དེ་དག་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཐའ་གཉིས་གང་  
ཡང་མིན་པའི་དབུས་ཡིན་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཐུར་རོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱེད་  
དོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་། འཕགས་པ་ལྟས་ཡེ་ཤེས་སྣང་པོ་ཀུན་ལས་བཏུས་པར།  
དེ་ཐུར་དངོས་ཡོད་མི་བྱ་ཞིང་། །དངོས་པོ་མེད་པའི་ཡིད་ཀྱང་སྤངས། །ཀུན་  
མཁྱེན་གོ་འཕང་འདོད་རྣམས་ཀྱིས། །དེ་བཞིན་བར་དུ་འང་གནས་མི་བྱ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འོ་ན་སློབ་བྲལ་ཀྱང་མཐའ་བཞི་གང་ཡང་མིན་  
པར་ཁས་སྤང་བས་མཐའ་ལྟ་བུར་ཁས་སྤངས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མཐའ་  
བཞི་གང་དུ་ཡང་ཁས་མ་སྤངས་པས་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལྷོག་ཅུས་པའི་  
ཐུར་མཐའ་བཞི་གང་ཡང་མིན་པ་ཞེས་དམིགས་གཤིང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཅུང་ཟད་

མེད་པས། སྒྲིམ་འབྲངས་ཏེ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཞེས་པའི་ཟློན་དེ་བྱིན་ཅིག་ཟེར་  
 བ་ལྟར་བདག་ཅག་གིས་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མི་འཛིན་ལ། ཆོག་ཙམ་དུ་མཐའ་  
 བཞིའི་སྒྲོས་བྲལ་ཁས་ལེན་པ་དང་མི་ལེན་པ་ཞེས་སྒྲིས་ཀྱང་། ཆོག་དོན་ལ་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་འཆར་གྱི་འགལ་བ་མེད་པར་  
 ཤེས་ཏེ། མཐའ་བཞིའི་སྒྲོས་པ་གང་ཡང་ཁས་ལེན་པ་རྣམས་བཅད་ལ་ཁེགས་  
 པས་མཐའ་བཞི་གང་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡོངས་གཙོ་དུ་གྲུབ་པ་ཙམ་ཆོག་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་འགོ་ལུགས་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ནི་སྒྲིབས་འདིར་མ་ཟད། བདག་  
 རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་གཉིས་མིན་དུ་ཁས་མ་སྤངས་ཀྱང་དེ་བཞི་ཀ་མིན་པའི་  
 གཞི་ལྟ་པར་ཁས་སྤངས་པར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །

ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་པས་རྣམ་གྲངས་ཙམ་དང་ཐལ་འགྱུར་པས་རྣམ་གྲངས་  
 མིན་པ་ཙམ་འདོད་ཟེར་བས་དེ་ལྟར་དོན་དམ་སྤང་མ་བྱེ་མར་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཡིན་  
 ཞེས་ཀྱང་བྲིས་པས་དེ་ལྟར་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཞིང་སོགས་གོང་དུ་སྒྲིས་པ་དེ་ལ་  
 ལན་བརྗོད་པ། ཐལ་རང་སྤེལ་ལུགས་ལའང་ངེ་ལྟར་སྤང་བའི་དངོས་པོ་རྣམས་  
 ལ་མཐའ་བཞི་སྒྱེ་འགོག་དང་གཅིག་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 དམིགས་པ་རྣམས་ཅེ་ཅེ་ནས་འགོག་པ་ལ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་དོན་ཅིག་ཆར་སྒྲུབ་  
 མ་རུས་པས་ཐད་ཀར་བལྟས་ན་ཡུལ་བཀག་ཚུལ་ཁྱད་མེད་པ་ལྟ་བུར་སྤང་  
 ཡང་། མཐར་རང་ལུགས་ལ་དོན་དམ་པ་ལ་ཁས་ལེན་ཡོད་མེད་ཀྱི་འཛིག་  
 མཆོམས་འདི་ལ་གཏུགས་ནས་ཁྱད་འབྱེད་དགོས་ཏེ། དགག་སྒྲུབ་གང་བརྗོད་

ཀྱང་སྒྲོའི་གཤིས་ལོ་ལ་མ་བརྟེན་པ་མེད་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་པའི་  
སྒྲོའི་ཡུལ་ཐམས་ཅད་དམིགས་སུ་མེད་པར་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐར་གྱིས་  
སྒྲོས་པ་མེད་པའི་དོན་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ལ་ཐལ་རང་གཉིས་ཀ་མཚུངས་ཏེ།  
བདག་ཅག་གིས་ཡུགས་འདི་གཉིས་ཀ་དབུ་མ་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་བྱིར་  
རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་། འཕགས་པ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། བསམ་པའི་ས་  
ལ་གནས་ནས་ནི། །མཐར་གྱིས་རྣམ་པར་བསམ་བྱས་ཏེ། །བསམ་པ་ཐམས་  
ཅད་རྣམ་སྤངས་ནས། །དེ་ནས་བསམ་དུ་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་ཐལ་རང་སྒྲུའི་གཞུང་ལྟར་དབུ་མའི་དོན་གཏན་ལ་ཐབ་ཀྱང་མཐར་  
སོས་རང་རིག་པའམ་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོའི་ཡུལ་སྒྲོས་པ་ཉི་བར་ནི་པའི་ཚོས་  
ཉིད་གཏན་ལ་ཐེབས་ན་དགོངས་པ་གཅིག་དུ་འགྱུར་ཞིང་། མ་ཐེབས་ན་ཐལ་  
འགྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་ལང་ག་ཤེགས་ལས། བསྟན་པ་དང་གྲུབ་  
མཐའ་གཉིས་གསུངས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྟོང་པའི་བརྗོད་པ་ཅམ་དུ་འགྱུར་རོ། །  
དེའི་བྱིར་རང་རྒྱད་པའི་གཞུང་རྣམས་སུ་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་སྒྲུབ་པ་གཙོ་  
བོར་བྱས་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་ཚང་པའི་གཏན་ཚིགས་རང་རྒྱད་པ་འགོད་པའི་སྒྲོ་  
ནས། བསྒྲུབ་བྱ་བདེན་མེད་རང་རྒྱད་པ་བསྒྲུབ་པ་རྩ་ཤེས་ཀྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་  
བའི་ཡུགས་སུ་མཛད་ཅིང་དེ་འདྲའི་དོན་དམ་པར་མེད་པ་དང་། ཐ་སྐད་དུ་  
ཡོད་པ་གཉིས་འདུ་འབྲལ་མེད་པར་བཟུང་ནས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཁས་ལེན་དང་  
བཅས་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་བསྒྲུབ་མོད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ཁས་



ལེན་དང་བཅས་པ་དེ་མཐར་ཐུག་གི་གནས་ལུགས་སུ་མ་བཟུང་བར་མཐར་  
 ཐུག་སྒྲིམ་མེད་དུ་བཞེད་ཀྱང་། འོན་དམ་སྒྲིམ་ཉིད་གཙོ་བོར་བསྒྲུབས་པས་  
 རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ། འོན་དམ་གཉིས་པོ་གང་ལས་མི་ལེན་ཞེས་འདྲི་ན།  
 གཉིས་ཀ་ལས་ལེན་ཞེས་འདོད་དེ། སྒྲིམ་ལ་མཐུན་པའི་འོན་དམ་མམ་རྣམ་  
 གྲངས་པའི་འོན་དམ་ཞེས་བཞེད་ཅིང་། དང་པོ་དེ་ཉིད་ལེགས་པར་མ་བསྒྲུབས་  
 པར། བྱི་མའི་འོན་ལ་འཇུག་མི་རུས་པར་འདོད་དེ། སྒྲོབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་  
 འབྱེད་ཀྱིས། ཡང་དག་ཀྱུན་རྫོབ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེས། མེད་པར་ཡང་དག་ཁང་  
 ཆེན་གྱི། རྟེན་དུ་འགོ་བར་བྱ་བ་ནི། ལམས་ལ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། དབུ་མ་རྒྱན། བདེན་གཉིས་སྒྲུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་།  
 དེ་ལྟར་དངོས་སུ་བཤད་པ་གོང་དུ་བྲངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་  
 གཞན་དུ་བཤད་དགོས་ན་རང་རྒྱུད་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་དེ་དག་གིས་རང་རྒྱུད་པའི་  
 འཆད་ཚུལ་མ་མཁྱེན་ན་གཞན་སུ་ཞིག་གིས་ཤེས་པར་རིགས། རྟོད་ཀྱིས་  
 འོག་ཏུ། མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀར་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་འོན་དམ་གཉིས་རེ་  
 བརྟན་ཅིང་། རྟོག་གོ་འབར་བ་དང་། དབུ་མ་སྒྲུང་བར་ཡང་འོན་དམ་གསུམ་  
 རེ་བཤད་ཅིང་། ཡུལ་ཅན་ལ་གཉིས་སྒྲུང་ལོག་མ་ལོག་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་  
 མིན་གྱང་འཐད་དེ། རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་སྒྲེས་སུ་དམ་པ་  
 གཉིས་བཤད་པ་དང་། རྣམ་བཤགས་ལ་སྐྱབས་དོན་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་བཤད་  
 པ་དང་། ཀྱུན་བརྟན་སྟུ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྣམ་སྟེང་ཡོད་པའོ། ཐམས་ཅད་

ཀྱང་བདག་པ་ས་ཡོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། ཁབ་གྱི་མིག་  
ལྟར་དོག་པའི་སྒྲོས་གཞུང་ཆེན་ནམ་མཁའ་འཇལ་བར་དེ་བའི་ཆེས་འབྲུལ་  
ལོ་ཞེས་སྒྲོན་བརྗོད་པ་ལྟར་ཁབ་མིག་ལྟ་བུའི་སྒྲོས་གཞུང་ཆེན་འཇལ་བར་མི་  
རྣམས་པ་བདེན་ནོ། །ཞེས་བདག་གིས་སྒྲུ་མེ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། རྣམ་གྲངས་  
དང་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གཉིས་གཅིག་ཁས་སྤངས་ན་གཅིག་འདོར་  
དགོས་པའི་དེ་གཉིས་ལ་འགལ་འདྲ་ཅི་ཞིག་བྱོད་ཀྱིས་མཐོང་། བདག་ཅག་  
གིས་དེ་གཉིས་འགལ་བ་མེད་པར་མ་ཟད། རྣམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་མ་རྟོགས་  
དགོས་པ་དེ་རང་རྒྱུད་པའི་བཞེད་པར་བཤད་ལ། དེ་ལྟར་གཞུང་དེ་དག་ན་  
དངོས་སུ་གསལ་བར་ཡོད་པའི་རྗེས་སུ་སྒྲོས་པ་ལ་དེ་འདྲ་རྣམས་ལྟར་བའི་  
གྲུབ་མཐའ་ལྟ་བུའི་ཀྱི་ལྷགས་ཡིན་ནམ་ཞེས་པ་ནི་གཞུང་དེ་དག་མ་མཐོང་  
བའམ། མཐོང་ཀྱང་སྤང་ལ་མ་ངེས་པར་སོང་བའི་ཆོག་རང་ལ་རང་གིས་ཅོ་  
འདྲི་བར་སོང་ལ། རང་རྒྱུད་པས་སྤྱི་མ་འདོད་པ་བྱོད་ཀྱིས་རྒྱུན་གྱི་ལུང་བྲངས་  
པས་ཁས་སྤངས་མེད་ཅེས་པ་དང་། རིགས་པས་བརྟེན་སྤྱད་ན། རང་རྒྱུད་པའི་  
ལྷགས་ལ་བདེན་གྲུབ་གྱི་ཡོད་མཐའ་བཀག་པའི་སྣང་ཉིད་དང་། མཐའ་བཞི་  
བྲལ་བའི་སྣང་ཉིད་གང་མི་འདོད་ཅེས་བརྟགས་པས་ཤེས་ཤིང་ཞེས་སྒྲུས་པ།  
དོན་དམ་དེ་གཉིས་འགལ་མེད་ཡིན་པས་གཉིས་ཀ་འདོད་པར་བྱས་པ་ལ་ཅིག་  
ཤོས་འདོད་མི་རུང་བའི་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །ཤ་སྟོང་ལ་ནི་མ་བརྟེན་  
པར། །དམ་པའི་དོན་ནི་རྟོགས་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། དམིགས་པ་ལ་ནི་

བརྟེན་ནས་སྟུ། །མི་དམིགས་པ་ནི་རབ་རྒྱུ། །ཞེས་དང་། སྤང་ཉིད་བག་  
 ཆགས་གོམས་པས་ནི། །དངོས་པོའི་བག་ཆགས་སྤང་འགྱུར་ཞིང་། །ཅི་ཡང་  
 མེད་ཅེས་གོམས་པས་ནི། །དེ་ཡང་ཕྱི་ནས་སྤང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
 བ་བཞིན་ནོ། །འདི་སྐབས་ཡུལ་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་གཉིས་སྤང་ལོག་  
 མ་ལོག་གི་སྒྲོ་ནས་རྣམ་གྲངས་མིན་པ་དང་ཡིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་ཐ་སྟད་ཀྱང་  
 འཐད་པར་བདག་ཅག་གིས་ཀྱང་འདོད་དེ་ཡུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྒྲོས་པ་  
 ཉི་ཆེ་བའི་སྒྲོད་ཡུལ་དང་བྲལ་བ་དང་། སྒྲོས་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་མཐའ་དག་དང་  
 བྲལ་བ་དེ་གཉིས་ལ་དོན་དམ་གཉིས་པོའི་ཁྱད་པར་དུ་བཤད་ཅིང་། ཡུལ་  
 ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བའི་དོན་དེ་རི་ལྟ་བུར་གཟིགས་ནས་  
 གཉིས་སྤང་ལོག་པའི་ཡུལ་ཅན་དེ་ལ་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་པ་དང་།  
 དེ་ལས་གཞན་དུ་གཉིས་སྤང་དང་བཅས་པ་ལ་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་གྱི་  
 བརྟེན་མཛད་པ་ཡོད་དེ། གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་འཛིག་ཚུལ་  
 མི་འདྲ་བ་གཉིས་བཤད་པའི་དང་པོ་གནས་ཚུལ་སྟེ་མེད་ལ་དོན་དམ་དང་། སྤང་  
 ཚུལ་ཐ་སྟད་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་མིང་གིས་བསྟན་པ་དེ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་གནས་  
 སྤང་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཀ་ལ་དོན་དམ་དང་། མི་  
 མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཀ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་མིང་གིས་  
 བསྟན་པ་ནི་ཐ་སྟད་ཉི་ཐར་བཟུང་བའི་དབང་དུ་ཡིན་ལ། ལྷགས་འདིའི་དབང་  
 དུ་བྱས་ན་མདོ་རྒྱགས་གང་ཡིན་ཀྱང་ཡུལ་ཅན་ལ་འདོན་དམ་གྱི་མིང་འཇུག་

པ་དང་། རྟོགས་པ་པོ་གང་ཟག་ལ་ཡང་རྣམ་གྲངས་ཡིན་མིན་གྱི་སྒྲིམ་བུ་དམ་  
པར་གངགས་ཅུང་པར་འགྱུར་རོ། །ལྷགས་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་  
དམ་ཞེས་མིང་མཐུན་ཡང་དོན་གྱི་རྣམ་བཞག་བྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བས་སོ་སོའི་  
ལྷགས་ཀྱི་དགོངས་པ་བྱེས་ནས་འཆད་མ་ཤེས་ན་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཁབ་  
མིག་ལྟར་དོག་པའི་སྒྲོས་ནམ་མཁའ་གཞལ་བས་འཇལ་རེ་ཟད་པར་འགྱུར་  
རོ། །དེས་ན་རྣམས་བཏགས་ཞེས་པའང་དོན་བྱེད་རྣམས་པའི་རྣམ་ཡོད་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་ཉག་ཅིང་བཏན་པ། རང་རྒྱ་ཐུབ་པ། གཞི་གྲུབ་པ་ཙམ་གྱི་རྣམ་  
ཡོད་སྟགས་འདྲིལ་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པ་དེའི་ཤུགས་ཀྱིས་བཏགས་ཡོད་ཀྱང་  
ངེས་པས། ཀུན་བཏུས་སུ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྣམ་ཡོད་དང་བཏགས་ཡོད་དུ་  
འགྱུར་བར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ། རྣམ་བཏགས་ལ་འདོད་ལྷགས་ཀྱི་དབང་གིས་  
དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། རང་རྒྱ་དཔའི་གཞུང་གི་དོན་དམ་གཏན་ལ་འབེབས་  
པའི་སྐབས་སུ་དོན་དམ་གཉིས་བཤད་པ་དེ་ནི་གནས་སྣང་གི་ཀུན་རྫོབ་དང་  
དོན་དམ་བཤད་ཚུལ་སྣ་མ་ལྟར་ཡིན་པར་གཞུང་ཆོག་གིས་དངོས་སུ་གསལ་  
ན། གཉིས་སྣང་ལོག་མ་ལོག་གི་དོན་དུ་བཤད་པའི་གོ་སྐབས་མི་རྙེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཐལ་འགྱུར་པའི་གཞུང་དུ་ནི། འཇུག་པར། དོན་དམ་གཏན་ལ་  
འབེབས་བྱེད་མཐའ་བཞིའི་སྒྲེ་བ་འགོགས་པའི་རིགས་པ་གསུངས་པ་ངེས་ཀྱང་  
རང་རྒྱ་དཔ་ལྟར་དོན་དམ་པར་སྒྲེ་བ་བཀག་ནས་ཐ་སྙད་དུ་སྒྲེ་བ་ཡོད་པར་  
འདོད་ན་ཐལ་རང་གི་ཞུང་པར་སྒྲེ་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར། འཇུག་

པར། དེ་ཉིད་སྐྱབས་སུ་རིགས་པ་གང་ཞིག་གིས། །བདག་དང་གཞན་ལས་  
 སྐྱེ་བ་རིགས་མིན་པ། །རིགས་དེས་ཐ་སྐྱད་དུ་ཡང་རིགས་མིན་པས། །ཁྱོད་ཀྱི་  
 སྐྱེ་བ་གང་གི་ཡིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རང་འགྲེལ་དུ། དེའི་  
 ཕྱིར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 བ། །ཞེས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡང་གདོན་མི་ཟ་བར་ཁས་སྤང་བར་བྱའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་འདིས། རང་རྒྱད་པས། ཐ་སྐྱད་དུ་སྐྱེ་བ་ཞེས་པ་རང་གི་དོ་བོ་ཉིད་  
 དམ་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་དཔྱད་པས་དཔྱད་ཀྱང་མ་བཀག་  
 བར་ཁས་སྤང་བ་དེ། དོན་དམ་དཔྱད་པས་དཔྱད་ན་ཅུང་ཟད་མེད་ཅེས་བརྟན་  
 པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་མ་སྐྱེས་པ་དེ་ལ་དོན་དམ་པར་  
 སྐྱེ་བ་མེད་ཅེས། རྒྱད་པར་སྐྱར་བ་དོན་མེད་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཕྱིར་དངོས་  
 གོ་བདག་ལས་བྱུང་ཞེས་རབ་ཏུ་བརྟག་པ་འདི། དེ་ཉིད་དང་ནི་འཇིག་རྟེན་དུ་  
 ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་རང་འགྲེལ་དུ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 སྐྱེ་བ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་པར་དུ་མ་མཛད་པར་བདག་ལས་མ་ཡིན་ཞེས་སྐྱིར་སྐྱེ་  
 བ་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་དོན་དམ་པར་བདག་ལས་  
 སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་པར་དུ་  
 བྱེད་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་ཞེས་བྱ་བའི་ཀྱང་པར་དོན་མེད་དོ་ཞེས་བསམ་པར་  
 བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་མཐའ་བཞིའི་ཚུལ་གྱིས་དཔྱད་ན་སྐྱེ་བ་ནི་དོན་དམ་པར་མ་ཟད། ཐ་

སྙད་དུ་ཡང་མེད་པར་གཏན་ལ་ཤབ་པའི་རིགས་པ་དེས་འདི་ལྟར་རྟེན་འབྲུང་  
གི་སྙད་པ་བསྐྱེད་དུ་ཡོད་པ་འདི་རྣམས་ཡེ་ནས་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་མེད་  
པའི་རང་བཞིན་དུ་གཏན་ལ་ཤབ་པ་ཡིན་པས། རྣམ་གྲངས་པའི་བདེན་མེད་  
ཅམ་ལས་འདས་ཏེ་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་  
སྒྲིལ་བུལ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་གཞུང་འདིར་  
བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་སྟོན་པའི་གནད་ཀྱིས། ཐ་སྙད་དུ་སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱ་  
བ་དོན་དམ་དབྱེད་བྱེད་ཀྱིས་མ་ཞེགས་པ་ཞིག་ཡོད་ན་དོན་དམ་པའི་སྐྱེ་བ་མི་  
ཞེགས་པར་ཐལ་བ་དང་། ཐ་སྙད་བདེན་པ་རིགས་པས་དབྱེད་བཟོད་དུ་ཐལ་  
བ་དང་། འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་དངོས་པོའི་འཛིག་རྒྱར་ཐལ་བ་གསུམ་  
བསྟན་ཏེ། རིགས་པ་དེ་དག་གིས་གདོད་ནས་མ་སྐྱེས་པའི་དོན་བསྟན་པ་ཡིན་  
ལ། གལ་ཏེ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་ན་ཐ་སྙད་ལ་རྒྱར་བ་བཏབ་པར་མི་  
འགྱུར་རམ་སྟམ་ན། རང་འགྲེལ་ལས། ཅི་སྟེ་གང་དེ་ལྟར་དངོས་པོ་ལ་མཛོན་  
པར་ཞེན་པའི་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་ཀུན་ནས་གཅོད་པ་ན། བྱེད་ཤ་ཐོན་པ་  
ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་འདི་གང་ཞིག་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་  
བྱང་པའི་རྒྱར་རྒྱར་པ་རྫས་ཀྱི་བདག་ཉིད་འབའ་ཞིག་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བར་བྱ་  
དགོས་སོ་ཞེས་སྒྲིལ་ན། དེ་ལྟར་ཡང་དེ་དག་ལ་ཚིག་ཅམ་ཞིག་ལྟག་མར་འགྱུར་  
རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་ཡང་སྐྱེ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བསྐྱབ་  
པར་མི་རུས་སོ། །ཡང་རང་འགྲེལ་ལས། འོ་ན་ནི་གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བདེན་པ་

གཉིས་ཆར་དུ་ཡང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲུབ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། དེའི་ཕྱིར་  
 རི་ལྟར་ན། དེ་དག་གི་རང་གི་ངོ་བོ་འཇིག་རྟེན་དུ་དམིགས་པར་འགྱུར་ཞེན།  
 བཤད་པ། དངོས་པོ་སྟོང་པ་གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ། །ཚོགས་ལ་ལྟོས་  
 རྣམས་མ་གྲགས་པ་ཡང་མིན། །རི་ལྟར་དེ་ནི་གཟུགས་བརྟན་སོགས་སྟོང་  
 ལས། །ཤེས་པ་དེ་ཡི་རྣམ་པར་སྒྲུབ་འགྱུར་ལྟར། །དེ་བཞིན་དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་སྟོང་ན་ཡང་། །སྟོང་ཉིད་དག་ལས་རབ་དུ་སྒྲུབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་།  
 བདེན་པ་གཉིས་སྒྲུང་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་རྟག་པ་མ་ཡིན་  
 ཆད་པའང་མིན། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལྟར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་  
 བའི་སྒྲུང་བ་ཡིན་ན། ཡེ་ནས་མ་སྒྲུས་པའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར། །སྟོང་  
 པ་ཉིད་རྟེན་འབྱུང་དུ་ཤར་བའི་ལྷགས་འདི་ལ་ཐ་སྐྱད་ལ་སྒྲུར་བ་བཏབ་པའི་  
 སྟོན་ཅུང་ཟད་མེད་པར་མ་ཟད་ཐ་སྐྱད་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ཆེས་འཐད་ཅིང་། རི་  
 སྟོང་བདེན་གཉིས་སོ་སོར་སྒྲུང་བ་གཞན་གྱི་ལྷགས་དེས་བདེན་གཉིས་དབྱེར་  
 མེད་འདི་ལྟ་བུ་ཐད་ཀར་མ་རྟོགས་པས་དེ་གཉིས་འགལ་བར་བརྒྱུང་ནས། གང་  
 སྟོང་པ་དེ་ཐ་སྐྱད་དུ་ཡོད་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུར་སོང་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་གཞུང་འདིར།  
 གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་བརྟེན་ནས་རབ་བྱུང་བས། །རྟོག་པ་འདི་དག་བརྟག་པར་  
 མི་རུས་པ། །དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །ལྟ་རན་བླ་བ་མཐའ་  
 དག་གཅོད་པར་བྱེད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་སྒྲུང་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་མ་སྒྲུས་པའི་རང་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་འདི་ནི། གཟུགས་

སྟོང་པ་ལོ། །སྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །གཟུགས་ལས་ཀྱང་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་  
མ་ཡིན་ནོ། །སྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྟོང་  
ཉིད་བཞི་སྟུང་གི་དགོངས་པ་ལྟར་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་འདི་  
ལ། དོན་དམ་པར་མེད་པ་དང་། ཐ་སྟོང་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་སོ་སོའི་ཁས་ལེན་  
ཅི་ལྟར་ཡོད་དེ། རང་འགེལ་དུ། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་དུ་ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་  
དགག་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་དང་། རྟོག་རྣམས་ལོག་པར་གྱུར་པ་གང་  
ཡིན་དེ། རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་འབྲས་བུར་མ་ཁས་རྣམས་གསུངས། ། ཞེས་  
དང་། གང་ཕྱིར་སོ་སོའི་སྒྲུབ་པོ་ཆོས་ཉིད་འདི་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པ་རྣམས་རྟོག་པ་  
ཁོན་ས་བཅིངས་པ་དེའི་ཕྱིར། ཆོས་ཉིད་འདི་དེ་ལྟར་ཐུགས་སྒྲུབ་པ་ན་འཕགས་  
པ་རྣམས་གོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་མ་ལུས་པ་བཀག་པ་ཉིད་སྟོབ་  
དཔོན་གྱིས་དབུ་མའི་བརྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པའི་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་  
འབྲས་བུར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། ཞེས་དང་། བརྟན་བཅོས་ལས་དབྱེད་པའི་  
འབྲས་བུ་རྟོག་པའི་བྱ་བ་མ་ལུས་པ་བཀག་པས་དོན་དམ་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱུབ་  
པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་དང་། མཁས་པ་དག་ནི་སྟོང་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་  
ཅིང་གོལ་བར་འགྱུར་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དབུ་མའི་བརྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་  
སྟོང་གང་དག་དངོས་རྣམས་ལ། །ཡོད་པ་ཉིད་དང་མེད་ཉིད་དུ། །ལྟ་བ་  
དེས་ནི་བཏྲ་བུ་བ། །ཉེ་བར་ཞིབ་ཞི་མི་མཐོང་། ཞེས་གསུངས་སོ། །གལ་  
ཏེ་གཞན་དག་གིས་དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་བདེན་གཉིས་



ཟུང་འཇུག་སྒྲོས་བྲལ་ཉིད་དུ་གྲུབ་ན། བདེན་པ་གཉིས་སུ་བྱེ་བ་དོན་མེད་དོ་  
 སྒྲམ་དུ་སེམས་ན། དེ་ལྟར་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་གཉིས་  
 ཟུང་འཇུག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་ཀྱང་། དེ་རི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་རེ་ཞིག་རྟོགས་མ་ལུས་པའི་ངོར། དོན་དམ་པར་མེད་པ་དང་། ཐ་སྙད་  
 དུ་ཡོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བདེན་པ་གཉིས་སུ་བྱེས་ནས་མཐར་བདེན་གཉིས་དབྱེར་  
 མེད་དུ་བསྒྲུབ་དགོས་ཤིང་། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་བྱེ་  
 བའང་མེད་དེ། མདོ་ལས། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ཆད་མར་བྱས་ན་ཀུན་རྫོབ་  
 ཀྱང་མེད། དོན་དམ་པའང་མེད་ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་དབང་དུ་བྱས་  
 བ་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲོས་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཅམ་དུ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 ཏེ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་མ་གཏོགས་པའི། ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 འོ། །ཞེས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྡོད་ལས། གཞན་ཡང་བདེན་  
 པ་ནི་གཅིག་ཤུ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། འགོག་པའི་བདེན་པ་འོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་འོ། །དེས་ན་རང་འགྲེལ་ལས་དོན་དམ་པར་སྒྲེབ་མེད་  
 པས་བདག་དང་གཞན་ལས་སྒྲེས་པ་དག་གཤམ་ལ་རག་ཡོད། གཟུགས་དང་ཆོར་  
 བ་ལ་སོགས་པ་གང་དག་མདོན་སྒྲམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དག་གིས་དམིགས་  
 པ་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ནི་གདོན་མི་ཟ་བར་གཞན་ལས་སྒྲེབ་ར་འགྱུར་རོ། །  
 ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་མི་འདོད་ན་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཞེས་ཅི་སྟེ་བརྗོད་དེ། བདེན་པ་  
 གཅིག་ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། ཅིའི་ཕྱིར་ན། གཞན་ལས་སྒྲེབ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །

འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་བདེན་མོད་ཀྱི། འོན་དམ་པར་ན་བདེན་པ་  
གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དག་སྒྲོང་དག་བདེན་པ་དམ་པ་འདི་ནི་གཅིག་སྟེ།  
འདི་ལྟ་སྟེ་མི་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་མུ་ངན་ལས་འདས་པའོ། །འདྲ་བྱེད་ཐམས་  
ཅད་ནི་རྩུན་པ་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ལོ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རང་བཞིན་གྱིས་མུ་ངན་ལས་འདས་པ། ཞིབ་སྒྲིས་  
པ་དང་བྲལ་བ། སྒྲེ་འགག་མེད་པ། ཡང་དག་པའི་མཐའ་ཉིད་ནི་བདེན་པ་  
གཅིག་པུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་གྱི་བདེན་པ་  
གཞན་མེད་དེ། རི་སྐད་དུ། མུ་ངན་འདས་པ་བདེན་གཅིག་པུར། །རྒྱལ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་གང་གསུངས་པ། །དེ་ཆེ་ལྷག་མ་ལོག་པ་ཞེས། །མཁས་པ་ཅིའི་  
བྱིར་འདོད་མི་བྱེད། །ཅིས་གསུངས་པ་བཞིན་དང་། གཞན་ཡང་མདོ་ལས།  
ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་གསུམ་གསུངས་པ་དག་ཀྱང་  
མཐར་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་འདི་ལས་གཞན་མེད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཉིད་འདི་ལ་གཞོལ་བར་གསུངས་གིང་། འཇུག་  
པར། གང་བྱིར་འདི་ན་དེ་ཉིད་ཤེས་ལས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པས་བསྟན་  
པ་བཞིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་ལུགས་འདིས་བདེན་པ་གཉིས་རི་ལྟར་འཛིག་སྟུམ་  
ན། རང་འགྲེལ་ལས། དེའི་བྱིར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཐབས་ཡིན་པའི་བྱིར། བདག་  
དང་གཞན་ལས་སྒྲེ་བ་མ་དབྱད་པར་འཛིག་རྟེན་པའི་ལུགས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་

པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་འདི་དག་རྣམ་དཔྱད་  
ན། །དེ་ཉིད་བདག་ཅན་དངོས་ལས་ཚུ་རོལ་དུ། །གནས་སྟེང་མ་ཡིན་དེ་ཕྱིར་  
འཛིག་རྟེན་གྱི། །ཐ་སྟད་བདེན་ལ་རྣམ་པར་དཔྱད་མི་བྱ། །ཞེས་དང་། ཇི་  
སྟེད་དུ། བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་འཛིག་རྟེན་ང་དང་ལྟན་ཅིག་ཅོད་གྱི། ང་ནི་  
འཛིག་རྟེན་དང་ལྟན་ཅིག་མི་ཅོད་དེ། གང་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོད་པར་འདོད་པ་  
དེ་ནི། ང་ཡང་ཡོད་པར་བཞེད་དོ། །གང་འཛིག་རྟེན་ན་མེད་པར་འདོད་པ་དེ་  
ངས་ཀྱང་མེད་པར་བཞེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
བཞིན་དུ་ཐ་སྟད་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ལ། འཛིག་རྟེན་པའི་ལུགས་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་  
ངོ་ཅམ་དུ་སྟོན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་སྒྲུང་བ་གང་ཞིག་རང་  
གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱེད་དུ་སྒྲུང་བ་དེ། ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ཅམ་ཞིག་དོན་  
དམ་པར་ཡོད་མེད་དུ་མ་དཔྱད་པར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་དམ་པར་གྲུབ་  
བམ་མ་གྲུབ་དཔྱད་ན་གང་དུ་འཇགས་པར་གནས་མི་རྟོག་དོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་  
བརྟགས་ཉམས་དགའ་བ་ཅམ་གྱི་སྒྲུང་བ་འདི་རྣམས་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་རིགས་  
པས་དཔྱད་ན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་གཞིའམ་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཞིང་།  
དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་གྱིས་བརྟག་ཅིང་དཔྱད་པས་དེའི་རང་བཞིན་མཐའ་ཀུན་  
དང་བྲལ་བ་རྟོགས་པའི་སྒྲོས་པ་ཀུན་གྱིས་དབེན་པའི་ཟུང་འཇུག་རབ་ཏུ་མི་  
གནས་པའི་དོན་མཐོང་བ་ནི་ཐབས་ལྷན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པར་འདོད་དེ། ཐ་  
སྟད་བདེན་པ་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་དང་། དོན་དམ་བདེན་པ་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་

སྟེ། །དེ་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་གང་གིས་མི་ཤེས་པ། །དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་ལོག་པའི་  
ལམ་ངན་ཞུགས། །ཞེས་དང་། མོ་གཤམ་བྱ་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །  
སྟེ་བ་དེ་ཉིད་རྒྱུ་མེད་འཛིག་རྟེན་རྒྱུ་ཡང་། །ཡོད་མེན་དེ་བཞིན་དངོས་འདི་ཀུན་  
ངོ་བོ། །ཉིད་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་དེ་ཉིད་རྒྱ་སྟེས། །དེ་ཕྱིར་འདི་ལྟར་སྟོན་པས་  
ཆོས་རྣམས་ཀྱང་། །གདོད་ནས་ཞི་ཞིང་སྟེ་བྱལ་རང་བཞིན་གྱིས། །ཡོངས་སུ་  
བྱ་ངན་འདས་པར་གསུངས་སྟུང་པ། །དེ་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་སྟེ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །  
ཞེས་དང་། ལུས་སོགས་འདི་དག་དེ་ཉིད་རྒྱ་མེད་ཅིང་། །འཛིག་རྟེན་རབ་ཏུ་  
གྲགས་པར་ཡོད་ཇི་བཞིན། །དེ་བཞིན་དངོས་ངོ་བོ་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བས་ན། །  
མོ་གཤམ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་ཐལ་མི་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་  
པ་ལྟར་ཏེ། །དེས་ན་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལྷགས་ལ་སྟོས་བྱལ་མི་འདོད་པར་ད་  
རྒྱུར་རང་རྒྱུད་པ་ལྟར་སྟེ་མེད་འབའ་ཞིག་ཁས་ལེན་པའི་ཁས་ལེན་ཡོད་ན།  
ཐ་སྟོན་རྒྱ་སྟེ་བ་བཀག་པས་སྟོང་པ་བྱུང་ཆད་སྟུབ་དགོས་ན་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་  
རིགས་ཤིང་། ཐལ་རང་གི་དགག་བྱ་ལ་སྤྱོད་པས་སྟེས་པའང་དོན་མེད་པར་  
འགྱུར་ཏེ། །དོན་དམ་པར་མ་དབྱུད་པའི་ཐ་སྟོན་གྱི་ངོར་སྟེ་འགག་ལྟར་སྟུང་  
བཅའ་ཞི་སྟུང་གྱུང་དོན་དམ་དབྱུད་པའི་རིགས་པས་དགག་མི་རུས་ཏེ། །གལ་  
ཏེ་ཁྱོད་ལ་འཛིག་རྟེན་མི་གཞོད་ན། །འཛིག་རྟེན་ཉིད་སྟོས་འདི་ནི་དགག་པར་  
གྱིས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཐལ་རང་གཉིས་ཁྱད་  
མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེན། །མི་འགྱུར་ཏེ། ཐ་སྟོན་གྱི་སྟེ་བ་འདི་རང་རྒྱུད་པས་

ཚད་གྲུབ་ཏུ་འདོད་ཅིང་དོན་དམ་དཔྱོད་པས་དབྱུང་གྲང་དེ་ལ་གཞོན་པ་མེད་  
 དེ། དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་འགོག་པའི་ཞེས་བཟུང་ནས་ཐ་སྐྱད་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་  
 བ་ཐ་སྐྱད་བདེན་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྐྱེ་བ་དགོངས་པའོ། །ཐལ་འགྱུར་  
 པས་དོན་དམ་དཔྱོད་པས་དབྱུང་ན་དབྱུང་བཟོད་དུ་ཡོད་པ་གང་ཡང་མེད་དོ། །  
 ཡོད་ན་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འགྱུར་པས་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་གྲང་དེ་  
 འདྲའི་སྐྱེ་མེད་དང་འདྲ་འབྲལ་མེད་པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་སྤང་བ་བསྐྱེ་མེད་ཉིད་  
 ཐ་སྐྱད་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཐ་སྐྱད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞག་གིན་ཏུ་ཡང་རུང་བར་མཐོང་  
 བ་ནི། རི་སྐྱད་དུ། ཆོས་རྣམས་སྟོང་པ་འདི་ཤེས་ནས། །ལས་དང་འབྲས་ཐུ་  
 རྟེན་པ་གང་། །མྱད་བྱུང་པས་གྲང་འདི་མྱད་བྱུང་། །དོ་མཆར་བས་གྲང་འདི་  
 དོ་མཆར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེས་ན་དེ་འདྲའི་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་ཏུ་བསྟན་པ་མ་རྟོགས་ནས། ཐ་སྐྱད་  
 ཀྱི་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་སྐྱེ་བ་གསལ་ཉིད་ཀྱི་ལུགས་འདི་ལ་རིན་འབྱུང་ཞབས་ཀྱི་རྗེས་  
 འབྲངས་རྒྱ་གར་བ་འགའ་ཞིག་གིས་མེད་པའི་མཆོན་མར་ཞེན་པའི་སྤང་ན་  
 ཉེར་བརྒྱད་འབྱུང་བར་མདོ་ལས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པར་བྱས་ནས་རྩོད་པ་  
 བཀོད་པ་དག་གྲང་བྱུང་དོ། །འོན་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལ་ཐ་སྐྱད་ཚད་  
 གྲུབ་གཏན་མེད་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་སམ་ཞེན་འདི་ལ་སྤྱོད་པས་པ་པལ་  
 མོ་ཆེས་མགོན་གཅིག་ཏུ་བཞེས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ནས། ཐལ་འགྱུར་པའི་  
 ལུགས་ལ་ཐ་སྐྱད་ཚད་གྲུབ་འདོད་པ་གིན་ཏུ་མི་རིགས་ཞེས་དགག་པ་མཛད་

ཅིང་། བྱིས་ཀྱི་ཐལ་འགྱུར་པའི་མཁས་པ་དག་གིས་ཐ་སྟད་ཆད་གྲུབ་འབའ་  
ཞིག་ཏུ་བཞེད་མོད། རྒྱལ་པའི་དབང་པོ་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱི་ཞལ་སྤྱི་  
ནས། སྤར་གྱི་མཁས་པ་དག་ཐལ་འགྱུར་པ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན་མེད་  
པ་དང་ཡོད་པའི་ཕྱོགས་རེ་རེ་འཛིན་པ་མཐོང་ཡང་། མཐའ་གཅིག་ཏུ་གང་  
རུང་རེར་བཟུང་ན་སྒྲིན་ཡོད་པས། གནས་ལུགས་དཔྱོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་  
ན་སྒྲིས་བུལ་ཁས་ལེན་མེད་པ་ཡིན་ཀྱང་། རྗེས་སྐོབ་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡིན་མིན་ཡོད་མེད་སོགས་ཐ་སྟད་དཔྱོད་པ་ན་ཁས་ལེན་ཡོད་  
དེ། དེ་ལྟར་ཤན་བྱེད་དགོས་ཤིང་བྱིན་ཆད་ཚུལ་འདི་འཆད་ཤེས་པ་བྱུང་ན་  
ཁོ་པོའི་ལེགས་པ་ཤད་འདིའི་མཐུར་བལྟ་བར་བྱའོ་ཞེས་ཡིད་བཞིན་རིན་པོ་  
ཆའི་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་ཆེན་བསྐྱེད་ཀྱང་པོར་གསུངས་པ་ལྟར། གནས་ལུགས་  
ལ་དབྱད་པས་མ་བརྟགས་མ་དབྱད་པར་འཛིག་རྟེན་ཐ་སྟད་དུ་རི་ལྟར་སྤྱང་  
བ་ཅམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཆོས་གང་ཞིག་ཡོད་པ་མེད་པ། སྤང་བྱ་སྤང་བྱ།  
རྒྱུད་འབྲས་བུ། ཀུན་ཉོན་དང་རྣམ་བྱང་སོགས་ཐ་སྟད་རི་སྟེད་པའི་ཆོས་  
རྣམས་ལ་དེ་དང་དེར་རེས་པར་བྱེད་པའི་ཐ་སྟད་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མས་གྲུབ་  
པ་དང་མ་གྲུབ་པའི་བྱད་པར་ཡོད་པ་ཅམ་ཁས་སྤངས་ཀྱང་དེས་ཐལ་འགྱུར་  
པའི་ལུགས་ཉམས་པ་མེད་པར་མ་ཟད་ཆེས་མཛོས་པར་འགྱུར་གྱི། གཞན་  
དུ་ན་དོན་དམ་མཐའ་བུལ་ལྟར། ཐ་སྟད་ཐམས་ཅད་ཅིར་ཡང་ཁས་མི་ལེན་  
པ་ནི་མི་རུང་སྟེ། དོན་དམ་པར་སྒྲིས་པ་ཉི་བར་ནི་བའི་ཆོས་ཉིད་ལས་མ་འདས་

བཞིན་ཐ་སྟོད་དུ་ཆོས་ཅན་སྣ་ཆོག་གི་སྒྲོས་པ་རི་ལྟར་སྣང་བ་རྣམས་ལ་འཛིག་  
 རྟེན་ཐ་སྟོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ནས་ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་གྱི་ཁས་ལེན་རང་ལུགས་  
 ལའང་མེད་དུ་མི་རུང་བས། གོང་དུ་འཛིག་རྟེན་ན་གང་ཡོད་པ་དེ་རམ་གྱང་  
 ཡོད་པར་བཞེད་སོགས་ལུང་དངས་པ་ལྟར་དང་། གཞུང་དུ་ཡང་དངོས་ཀྱིན་  
 ཡང་དག་བརྟུན་པ་མཐོང་བ་ཡིས། དངོས་རྟེན་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་  
 འགྱུར། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ཚུད་ཡིག་ཏུ་ཐལ་འགྱུར་  
 བས་མཐའ་བཞི་དང་བལ་བའི་སྟོང་ཉིད་ཆེན་པོ་འདོད་པར་ཁས་སྤངས་ནས།  
 སྒྲར་མེད་པ་ཉིད་གྱང་ཞེས་སྒྲར་དངས་པ་ལྟར་སྒྲས་པ་འགལ་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་  
 བོ། རྒྱུད་འཇུག་ཤེར་ལེ་སོགས་ཐལ་འགྱུར་བའི་གཞུང་རྣམས་སུ་ཆོས་དང་  
 གང་ཟག་གི་བདག་འཕོག་པའི་རིགས་པ་རི་སྟེད་བརྟུན་པ་དེ་དག་སྒྲོས་པ་  
 རྩུགས་རེ་ཞེགས་པའི་དོན་འབའ་ཞིག་ཏུ་མི་འཛིན་པར་མཐར་གྱིས་མཐའ་  
 གཉིས་བསལ་བའི་སྒྲོས་བལ་སྒྲུབ་པའི་དོན་དུ་གོ་བར་བྱ་ཞེས་བརྟུན་པ་ཡིན་  
 བས་མཐའ་བཞི་བལ་བའི་སྟོང་ཉིད་འདོད་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལས་ཉམས་  
 པ་མེད་དོ། །

སྒྲར་ཡང་ཚུད་ཡིག་ཏུ་འདི་ལྟར་སྒྲས་ཏེ། ཡང་ལྷོ་ཀར། ཐལ་རང་གི་ཤིང་  
 ཏྲ་ཆེན་པོ་དེ་དག་མཐར་ཐུག་གི་དགོངས་པའི་གནད་ལ་བྱུང་བར་ཅིའང་མེད་  
 གྱང་། ཞེས་ཟེར་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་ན་རྩུགས་སྤང་དང་ཆོས་རྒྱུད་  
 སོགས་རྣམ་རིག་པ་རྣམས་དང་། བྱེ་མདོ་སོགས་ལ་མཚུངས་པར་ཐལ་བའི་

ཕྱིར། གཞན་དུ་ན་འཕགས་པས། མི་འདྲ་ཉིད་དེ་དེ་ཡིན་ན། གཏན་ཚིགས་  
ཁྱད་པར་བརྗོད་པར་གྱིས། ཞེས་པ་ལྟར་སྒྲིག་གོས་ན་འདྲ་ལས་ལེན་མེད་པ་  
དང་། ལུགས་མེད་པ་ལས་རྟེན་གཞན་ཚད་མས་བསལ་ལོ། ལེགས་ལྟན་དང་  
སྒྲིབ་པའི་ཚུད་ཚུལ་ན་མས་ཀྱང་གྱིས་པ་འདྲིད་པ་ལ་ཞུགས་པ་ལྟར་གྱུར་ཅིང་།  
མཁས་པའི་རྗེས་སུ་སྒྲོས་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་འདོད་མི་  
འདོད་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྒྲིག་པ་འདྲ་དོན་མེད་དུ་ངལ་བར་བྱད་དོ། མདོ་སྒྲགས་  
གཉིས་ཀར་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་དོན་དམ་གཉིས་རེ་བསྟན་ཅིང་སྒྲགས་སྒྲར་  
སྒྲོས་པ་བཞིན་རྗོད་པར་བྱེད་དོ། ལན་བརྗོད་པ། ཐལ་རང་གཉིས་ཀས་བྱི་  
ནང་གི་ཚོས་ཐམས་ཅད་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་བདེན་མེད་དུ་གཏན་ལ་པལ་  
པའི་དབུ་མ་པ་ཡིན་པར་འདྲ་ཞིང་། མཐར་ཐུག་སྒྲོས་བྲལ་ཀྱང་འདོད་པར་  
འདྲ་བས། དེ་གཉིས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ལ་དགོངས་པ་གཅིག་པར་འདོད་དེ།  
ཞི་སྒྲོན་གཉིས་སུ་མེད་པ་རྟེན་འབྱུང་དང་སྟོང་པ་ཉིད་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། གལ་  
ཏེ་སྒྲོས་བྲལ་མི་འདོད་པ་ཁྱེད་ལྟར་ན་ཡང་ལུགས་དེ་གཉིས་ཀས་གཅིག་དུ་བྲལ་  
དང་མཐའ་བཞི་སྟེ་འགོག་སྒྲིག་གི་རིགས་པས་བདེན་གྲུབ་བཀག་པ་ལ་ཁྱད་  
མེད་ན་ཅི་ཞིག་གིས་རང་རྒྱུད་པ་དབུ་མ་པ་ཡིན་པ་དང་། དངོས་སྒྲིབ་པ་ཡིན་  
པའི་གཞི་མཐུན་དུ་འཛིག་པར་བྱེད། རང་རྒྱུད་པས་བདེན་མེད་མ་རྟོགས་  
ན་དེ་དག་གིས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་དགག་བྲལ་དོན་དམ་གྱི་ཁྱད་པར་སྒྱུར་  
ནས། དགག་པ་འདོད་པ་གཞན་ལ་འདྲ་རི་སྤྱིད་དུ་མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ། །



ཕྱོགས་སྤང་ཆོས་སྤྱོད་སོགས་ནུམ་རིག་པ་ནུམས་ཀྱིས་གཞན་དབང་གི་མཐར་  
 ཐུག་པའི་ནུམ་ཤེས་གཉིས་སྤྱོད་བདེན་གྲུབ་འདོད་པ་ཐལ་རང་གཉིས་ཀྱིས་  
 བཀག་ཅིང་། བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱིས་ཆ་མེད་གཉིས་དོན་དམ་དུ་འདོད་པ་ནུམ་  
 རིག་པས་ཀྱང་བཀག་ན་དཔུ་མ་པས་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ། དེས་ན་དེ་འདྲའི་ཐལ་བ་  
 འཕམ་པ་ནི་ལུགས་མེད་པའི་སྒྲུབ་པ་ཅམ་ལས་ཏེན་གཞན་ཆོད་མས་དངོས་སུ་  
 བསལ་ལོ། །གཞན་ཡང་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཐལ་འགྱུར་པའི་རྟོགས་རྒྱུའི་  
 སྤྱོད་ཉིད་དེ་འདྲ་རྟོགས་པ་མེད་ན་ཐར་པ་ཡང་མེད་པར་བསྒྲུབ་པ་དེ་དག་ལ་  
 ཐལ་བ་དེ་འདྲ་བརྗོད་ཅིག ལེགས་ལྷན་དང་རྒྱ་བའི་རྩོད་པ་ནི་དགག་བྱེད་ལ་  
 དོན་དམ་གྱི་བྱུང་པར་སྒྱུར་དགོས་མི་དགོས་གྱི་སྤྱོད་ནས་ཡིན་པ་ཆོག་གསལ་  
 དང་འབྲུག་པ་རྩ་འགྲེལ་ལས་དངོས་སུ་གསལ་ན། བྱུང་པར་སྒྱུར་དགོས་  
 པར་འདོད་པ་དེ་དག་གིས་བྱིས་པ་འདྲིད་པ་ལ་ཞུགས་པ་ལྟར་གྱུར་ཅེས་སྒྲུ་  
 རིགས་གྱི། བདག་ཅག་གིས་བྱུང་ཡོད་པར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པས་འདིར་  
 མ་སྒྲུས་སོ། །མཁས་པའི་རྗེས་སུ་སྒྲོས་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་རང་མཆོན་གྱིས་གྲུབ་  
 པ་འདོད་མི་འདོད་བཤད་པ་ནི་མཁས་པ་རྒྱ་བའི་ཞབས་ཀྱིས་རི་སྒྲིད་གསུངས་  
 པ་གོང་དུ་སྒྲོས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་བཤད་པ་དོན་མེད་གྱི་ལམ་བཟ་ཡིན་  
 ཏེ། ཐལ་རང་གི་རྩོད་གཞི་དེ་ཡིན་ལ། རང་རྒྱུད་པས་མཐར་ཐུག་སྒྲོས་བྲལ་  
 ཁས་སྤངས་ཀྱང་། གནས་སྒྲུབས་གྱི་བདེན་གཉིས་བྱིས་ནས་བཤད་པའི་ཁས་  
 ལེན་དེ་ལག་ནོད་པ་ཅི་ཡང་མེད་པར་འདོད་པའི་བྱིར་ནུམ། མདོ་སྒྲགས་གཉིས་

ཀར་སོགས་སྒྲིམ་པའི་ལན་ནི་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །  
ཡང་ཅོད་ཡིག་ཏུ། བྱིད་ཅག་གིས་རང་གི་ཞེ་འདོད་ཀྱང་ལེགས་པར་བརྟའ་  
སྒྲོད་པར་མ་རྒྱས་ཏེ། བདེན་མེད་ནི་ཡོད་མཐའ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་མེད་  
མཐའ་ཙམ་དང་བྲལ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གཉིས་ཀྱང་ཡིན་པས། དཔུ་  
མ་ཆེན་པོ་སྒྲོས་བྲལ་ནི་མཐའ་ཀུན་དང་བྲལ་བའི་ཉི་ཆེ་བར་མ་སོང་བས་རྣམ་  
གྲངས་མ་ཡིན་པའོ་ཞེས་བསམ་སྒྲུབ་དོ། །མདོར་ན་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་མཐའ་  
དང་བྲལ་ཚུལ་ཡུལ་ཅན་སྒྲོས་མཐའ་ལེགས་ཚུལ་རྣམས་ལེགས་པར་བྱེད་དགོས་  
པས། འདི་ལྟར་སྟོང་ཉིད་ཆད་མཐའ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཡང་དེ་བཟུགས་ཙམ་མ་  
ཡིན། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་ཡོད་མཐའ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཡང་དེ་བཟུགས་ཙམ་མ་  
ཡིན། བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་སྒྲོས་ཐ་སྙད་དུ་མེད་པའི་ཆད་མཐའ་མ་ལེགས།  
ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པར་རྟོགས་པའི་སྒྲོས་ཆད་མཐའ་དངོས་དང་། རྟག་མཐའ་  
ཤུགས་ལ་ལེགས་པའི་རྣམ་བཞག་བྱེད་དགོས་ལ། ལུང་རིགས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུབ་  
མི་འདྲ་བ་དུ་མ་མཐོང་དོ། །ཆོས་ཀུན་གདོད་མ་ནས་སྒྲོས་པའི་མཐའ་བརྒྱད་  
དང་བྲལ་བ་དང་། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་རུང་དང་བྲལ་བ་དང་།  
མཐའ་བཞི་དང་བྲལ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་རང་བཞིན་མེད་པ་བསྒྲུབ་པའི་ཐྱིར་ན་  
ཆོས་ཀུན་གཞི་དཔུ་མར་གྲུབ་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་འདི་ལ་རྣམ་པར་བརྟགས་ཏེ་  
ལན་བརྗོད་པ། བྱིད་ཅག་རང་གི་ཞེ་འདོད་ལེགས་པར་བརྟའ་སྒྲོད་པར་མ་  
རྒྱས་ཏེ། བདེན་གཉིས་བྱེས་ཏེ་མཐའ་བཞི་བྲལ་བ་མཐའ་བྲལ་ཙམ་དང་།

དབུ་མ་ཆེན་པོ་སྒྲོས་བྲལ་ནི་མཐའ་བྲལ་རྣམ་གྲངས་མིན་པར་བསམ་ནས་སྒྲུ་  
བར་སྒྲུང་ངོ་ཞེས་བ་དོན་མེད་དེ། བདེན་གཉིས་ཐུས་ཏེ་མཐའ་འགོག་ཚུལ་  
འདིས་སྒྲོས་བ་མཐའ་དག་འགོག་མི་རུས་ལ། མ་ཁེགས་ན་སྒྲོས་བ་ཉི་ཆེ་བ་ལ་  
གནས་པར་འགྱུར་ཞེས་སྒྲུས་བ་འདི་ནི་འགོག་རྒྱུའི་སྒྲོས་བ་ཡུལ་གྱི་སྤྲོད་ནས་  
ཡིན་པས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་གང་ཞིག་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཐུབ་ཞི་དང་བྲལ་བ་དེ་ཡིན་  
མོད་ཀྱི། དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་དང་ཡུལ་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲོས་མེད་དང་། དབུ་  
མའི་མིང་འདུག་སྟེ། ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན་དོན་གྱི་རྣམ་པ་དང་། ཡུལ་  
ཅན་གྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན་སྒྲོ་ཡི་རྣམ་པ་ཞེས་སུ་འགྱུར་བས་ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་  
ཅན་མཆོན་བ་དང་། ཡུལ་ཅན་གྱིས་ཡུལ་མཆོན་གྱང་ཕན་ཚུན་གོ་རུས་པ།  
ཡུམ་དང་རྒྱན་གྱི་སྐབས་ནས་བཤད་བ་ལྟ་བུའོ། །དེས་ན་ཅམ་སྒྲུ་སྒྱུར་གྱང་རུང་  
མ་སྒྱུར་གྱང་རུང་རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་སྐབས་སུ་  
འགོག་རྒྱུའི་མཐའ་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱ་རགས་ཡོད་ཅིང་། སྤྱ་མ་རྣམ་རྟོག་  
གི་ཐྱི་མ་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཁྱད་པར་གནམ་ས་ལྟར་  
ཆེ་བ་དེས་ཆོག་གོ། །ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་སྤྲོད་ཉིད་ཆད་མཐའ་དང་བྲལ་བ་དང་།  
ཐ་སྒྲུང་དུ་ཡོད་པ་རྟག་མཐའ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་གྱང་ཞེས་སྒྲོས་མི་དགོས་ཏེ།  
ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟག་ཆད་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པར་སྒྲུས་གྱང་འདོད་པའི་ཐྱིར།  
འོན་གྱང་དེ་གཉིས་རེ་རེས་རྟག་ཆད་མི་ཁེགས་པར་ཁས་སྤངས་བ་འདིས་ཆོག་  
འདུག་གི། ཅམ་སྒྲུ་སྒྱུར་རུང་མ་སྒྱུར་རུང་སྐབས་དོན་དབྱེད་བྱ་ལེགས་པར་གྲུབ་

འདུག་གོ། །ཡུལ་ཙན་གྱི་སྤོའི་ངོས་ནས་བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་སྒོས་ཆད་མཐའ་  
 མ་ཁེགས་པར་ཁས་སྒྲུངས་པ་དེ་ཉིད་ལེགས་པར་སྒྲུས་པ་སྟེ། ཁོ་བོ་ཙག་གིས་  
 གྲུང་དེས་ཆད་མཐའ་མི་ཁེགས་པས་དེ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་ཁོ་ནས་  
 དབུ་མའི་གོ་མི་ཆོད་པར་སྒྲུས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཚུལ་གོང་དུ་རྒྱས་པར་བརྗོད་  
 ཟེན་པ་འདིར་ཡང་སྒྲོས་མི་དགོས་ལ། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པས་ཆད་མཐའ་དངོས་  
 གུ་ཁེགས་ཤིང་། རྟག་མཐའ་ཤུགས་ལ་ཁེགས་པ་སྒྱུར་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། བརྟེན་  
 བས་འབྱུང་བའི་ཆོས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་སྐྱུ་མ་དང་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་བྱུང་  
 འདུག་ཏུ་རྟོགས་ན་དངོས་ཤུགས་སྒྱུར་གྲུང་བུང་ལ་མ་སྒྱུར་གྲུང་མི་བུང་བ་མེད་  
 དེ། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་ཐོབ་ན་སྒྲུང་བ་ལྟར་གྱི་སྒོ་དེས་མཐའ་གཉིས་  
 ཁེགས་གྲུང་། བྱིད་ལྟར་ན་མཉམ་བཞག་ཏུ་མེད་དགག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ་  
 མཉམ་པར་བཞག་པའི་སྒོ་དེས་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་ཁེགས་མི་ཁེགས་ལ་དབྱུང་  
 པ་འདི་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཙན་ལ་དབྱུང་  
 པ་སྐབས་སུ་བབ་ཅིང་། སྟེ་འཕགས་གཉིས་ཀའི་མཉམ་བཞག་དོན་དམ་བདེན་  
 པའི་ཡུལ་ཙན་འབའ་ཞིག་ཏུ་འདོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུང་རིགས་ཀྱི་རྣམ་  
 འགྱུར་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་ནི་སྒྲོས་མ་དགོས་སོ། །ཡང་ཆོས་ཀུན་གདོད་  
 བས་སྒྲོས་མཐའ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བ་དང་། བདེན་པའི་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་  
 རུང་དང་བྲལ་བའི་དོན་དེ་ཉིད། མཐའ་བཞི་དང་བྲལ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་དེ་  
 འདྲའི་རང་བཞིན་མེད་པ་བསྒྲུབ་པ་དེ་གཞི་དབུ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་བདེན་

ཏེ། དེ་ལྟར་དབྱེད་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ་ཡི་ངང་ཚུལ་ལས་མི་འདེལ་བར་རྒྱལ་  
བ་དང་རྒྱལ་སྐྱེས་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་དབྱེད་མ་ཙུ་  
བའི་མཆོད་བརྗོད་དུ། གང་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །ཞེས་པ་ནས།  
སྒྲོས་པ་ཉིར་ཞི་ཞི་བརྟན་པ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲེ་འགག་མེད་པ་དང་།  
གཅིག་ཐ་དད་དུ་མེད་པ་སོགས་ཅི་བཞིན་རྟོགས་ན་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་ཉི་བར་  
ཞི་བ་ལས་འོས་མེད་ལ། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྒྱུར་དགོས་  
ན་ཐ་སྟོན་དུ་རྟག་ཆད་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། བདེན་པའི་སྒྲེ་འགག་དང་འགོ་  
འོང་མེད་ཀྱང་ཐ་སྟོན་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་རྟག་ཆད་ལ་འདེལ་བེད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་  
སྒྱུར་དགོས་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་གདོད་ནས་  
ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་སོགས་སྒྲོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་  
བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་ནི་གཞི་དབུ་མ་ཡིན་ཅིང་། དེ་རིམ་བཞིན་རྟོགས་པ་  
མཐའ་གང་དུ་འདེལ་བའི་གནས་པའི་ཡེ་ཤེས་དངོས་སམ་རྗེས་མཐུན་པ་ལམ་དབུ་  
མ། དེས་འབྲས་བུའི་དབུ་མ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་དག་པ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཆེན་པོ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲུ་གཉིས་ཟུང་འཇུག་གི་སངས་རྒྱུས་  
འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་རྩོད་ཡིག་ཏུ། ལྷ་བས། ཁྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ཡིས། །  
གཟུགས་སོགས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་  
པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་གི་བདག་མེད་མཐོང་བས་ཀྱང་གནས་ལུགས་

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས་སྤངས་ཏེ། རྒྱ་ཀར།  
དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་ཤེས་ན་གནས་ལུགས་མཐའ་བུལ་ལ་ངེས་  
པ་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་མེད་པས་སོ། །ཁོ་ན་ཀྱང་མེད་པ་ཉིད་དེ་ཙམ་ཁོ་ན་གནས་  
ལུགས་མ་ཡིན། ཞེས་པའི་བྱེད་སྒྲུ་མ་སྒྲུར་རྟོགས་པ་བཤད་པ་དང་མཐུན་པས་  
ཐལ་འགྱུར་པས་གཉིས་སུ་མི་འབྱེད་པ་འགལ་ལ། ཕྱི་མར་ཉིད་དང་ཙམ་དང་།  
ཁོ་ན་སུམ་སྒྱུར་དུ་བརྟེན་པའི་འབྲུག་གི་བ་ནི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་  
དང་བཅས་པའི་གཞུང་ལམ་ལས་འབྲེགས་པའི་གནོད་ཆེ་བའི་ནང་ཉམས་ཐོན་  
བ་དང་། ཆོག་སྒྱུར་ལ་མཁས་པས་སྒྲིག་པའི་ཉམས་ཀྱི་རོལ་བའང་ཡིན་མཆི།  
དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་བདེན་མེད་གནས་ལུགས་མིན་ནོ་ཞེས་གཤམས་མེད་པར་  
ཁ་དམར་གདགས་པར་ངེ་ལྟར་དོགས། མཁས་པའི་ཚོབ་ཀྱི་ནང་ཆ་སྟོན་པའི་  
ཆོག་གི་ཕོ་ཉ་འདི་ཅི་ཕྱིར་མངགས། མཛུབ་མོ་ནང་དུ་ཁྱེད་ལ་རང་བཞིན་  
གསལ་བའི་མེ་ལོང་འདིར་ཡང་ཡང་སྟོས་ཤིག་ཅེས་སྒྲུས་པ་ལ། ལན་བརྗོད་  
པ། ཟླ་བས་ཉན་རང་གི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མཐོང་བ་དེས་གཟུགས་  
སོགས་ཀྱི་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་གསུངས་པ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་  
ཏེ། ཁྱིད་ལྟར་ན་དབུ་མ་རང་གི་བདག་མེད་མཐོང་བས་ཀྱང་དེ་ཉིད་མི་རྟོགས་  
པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་སྒྱུན་བརྗོད་པ་དོན་མེད་དེ། ངེ་ལྟར་ཁས་  
སྤངས་ཞེས་དྲིས་པ་ལ། རྒྱ་ཀར་དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་ཤེས་ན་  
གནས་ལུགས་མཐའ་བུལ་ལ་ངེས་པ་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་མེད་པས་སོ། །ཞེས་པ་

འདིས་ཁས་སྒྲུབ་སོ་ཞེན། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་དངོས་པོ་འཕྲོ་ཆོས་  
 རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་ཤེས་ན་མཐའ་བྲལ་ལ་ངེས་པ་མི་སྒྲིལ་དེ་འདྲའི་  
 རང་བཞིན་མེད་པ་དང་མཐའ་བྲལ་ལ་ཐ་དད་དུ་གྱུར་པའི་དོན་ཅི་ཞིག་ཁས་  
 སྒྲུབ་པར་འདུག ཆོག་དེས་དབུ་མ་པ་རང་གི་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པས་  
 དེ་ཉིད་མ་རྟོགས་པར་རི་ལྟར་ཁས་སྒྲུབ་སྟེ། མ་ཁས་པའི་ཟླ་བ་ཀྱི་ནང་ཆ་སྟོན་  
 པའི་ཆོག་གི་ཁོ་ཉི་འདི་ཡང་མངགས་མི་རིགས་སོ། །རང་བཞིན་མེད་པར་མ་  
 ཤེས་ན་མཐའ་བྲལ་མི་འགྲུབ་པས་གོ་རིམ་ངེས་སོ་སྒྲུལ་ན། དཔེར་ན་བདེན་  
 མེད་མ་རྟོགས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མི་རྟོགས་སོ་ཞེས་པའི་གོ་རིམ་དང་འདྲའོ། །  
 དེར་མ་ཟད་མཐའ་བཞིན་སྒྲིབ་རིམ་ཅན་དུ་ཆོག་གི་ལམ་ནས་བཀག་གུང་མཐའ་  
 བཞིན་སྒྲིབ་མེད་གྲུབ་པ་དང་། ཆོས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་གཉིས་རིམ་ཅན་  
 དུ་བཀག་ནས་བདག་མེད་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱང་། དེ་དང་དེའི་སྐབས་སུ་མེད་  
 དག་གི་ཚུལ་དུ་བསྟན་པས་མཐར་ཐུག་མེད་དག་གི་ཁོ་ན་ཁས་ལེན་དགོས་  
 པ་མ་ཡིན་ལ། རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་ཉིད་དེ་དག་གིས་གཏན་ལ་  
 དབབ་པའི་འབྲས་སུ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་རྣམས་ལོག་པར་གྱུར་པ་ཞེས་སོགས་  
 གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །ཆོག་ཕྱི་མ་ཉིད་དང་། ཅམ་དང་། ཁོ་ན་སྒྲུལ་  
 བརྟེན་མ་འབྲུག་གོ་བ་ཞེས་པ་ནི། ཉིད་ཅེས་པའི་སྒྲིབ་མིང་གང་ལ་སྒྱུར་གྱང་  
 དངོས་པོའི་རྒྱུན་ཅམ་སྟེ་ངོས་བཟུང་ཡིན་ལ། དེ་ཅམ་ཁོ་ན་ཞེས་པ་བརྗོད་  
 འདོད་ཀྱིས་བརྟན་ཏེ་གཉིས་བརྗོད་པ་ནི་ངོ་མཚར་བ་དང་། བན་ཏན་གྱི་དོན་

ལ་སྒྲོས་སྒྲོ་འཇུག་པར་བརྟེན་སྒྲོད་ཀྱི་གཞུང་ལས་གྲགས་པ་ལྟར་བརྟེན་པ་  
 འདི་ནི་རང་ཉིད་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལས་འཕྲོགས་པའི་གཞོན་གེས་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཞན་དག་གིས་དམིགས་མེད་ཀྱི་དོན་དམིགས་པ་ཅན་དུ་འཕྲོགས་པོར་བཤད་  
 པ་དེ་ཉིད་ནམ་གྱིས་དམིགས་སུ་བའི་དོན་དུ་བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 བདེན་མེད་གནས་ལུགས་མིན་ནོ་ཞེས་མི་བརྟེན་དེ། བདེན་མེད་དང་། སྒྲེ་  
 མེད་དང་། བདག་མེད་དང་། རང་བཞིན་མེད་པ་དང་། སྟངས་པ་ཉིད་སྐྱབས་  
 ཀྱི་མིང་གིས་བསྟན་པ་དེ་དག་ལ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཆ་གཉིས་སུ་སྒྲེ་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི།  
 བདེན་མེད་མེད་དགག་དང་། བདེན་མེད་སྒྲོས་བྲལ་ཞེས་པ་ལྟར་གོ་ཚུལ་  
 གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བདེན་པ་མེད་པས་ན་གནས་ལུགས་དམིགས་སུ་མེད་  
 པར་གོ་བ་དང་། མེད་དགག་ལ་དམིགས་པ་ཅན་དུ་གོ་བ་གཉིས་ཡོད་པས་  
 ཕྱི་མ་འདི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་མིན་ཞེས་བརྟེན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བརྟེན་ཅིན། ཡུལ་གང་དང་གང་ལ་བདག་གམ་རང་  
 གི་ངོ་བོ་མེད་པར་མཐོང་ན་དེ་དང་དེར་ཞེན་པ་ལྷོག་གམ་མི་ལྷོག། ལྷོག་ན་  
 བདེན་མེད་ལའང་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པས་དེར་ཞེན་ལྷོག་རིགས་ལ། མི་  
 ལྷོག་ན། ཆོས་རྒྱམས་གང་ལའང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་མཐོང་དུ་བྱིན་ཀྱང་དེར་  
 ཞེན་གཅིག་ཀྱང་མི་ལོག་པས་ལམ་དེས་ཆགས་སོགས་ཇི་ལྟར་ལྷོག། ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་སྟངས་ན་བདེན་སྲུབ་ཡན་གར་བ་འགོག་པའི་ཚུལ་དུ་གོ་ནས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ལ་དེ་དང་དེར་དམིགས་པ་ཅན་སྟངས་ཉིད་བསྒྲོམ་པའི་སྐབས་སུ་འགོག་



མི་རུང་ན། དེ་འདྲའི་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་བརྟགས་འགོག་པའི་ལམ་དེ་རི་ལྟར་  
གོམས་ཀྱང་། ཆོས་དང་གང་ཟག་དང་བདག་དང་གཞན་དུ་དམིགས་པ་ལྟན་  
སྒྲིམ་ནི་ནམ་ཡང་མི་ཁེགས་པས་ཉོན་མོངས་པ་དག་མགོ་ཚེན་པའི་གཉེན་པོར་  
ཡང་མི་འགྱུར་ན། འཁོར་གསུམ་དུ་རྟོག་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་ལྟོག་པ་ལྟ་བུ་སྒྲིམ། དེའི་  
ཕྱིར་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་ལམ་ལས་བྱང་ཆུབ་གསུམ་པོ་གང་ཡང་མི་འགྲུབ་པར་  
གསུངས་པ་ནི་ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཡིན་  
པས་དེར་ཡང་ཡང་ལྟ་བུ་ནི་གལ་ཆེན་ཞེས་སྒྲུའོ། །

ཡང་ཅོད་ཡིག་ཏུ། ཟླ་བས། རང་དབང་བའི་རྟག་བདག་དེས་རང་འཛིན་  
གྱི་དམིགས་པའི་གཏད་སོ་མི་བྱེད་པས་དེ་མེད་པར་མཐོང་བས་བདག་ལྟ་ཅ་  
བ་ནས་འབྱེན་པ་མཛར་ཞེས། བདག་མེད་རྟོགས་ཆེ་རྟག་པའི་བདག་སྟོང་  
ཞིང་། འདི་ནི་རང་འཛིན་རྟོན་དུ་འང་མི་འདོད་པ། དེ་ཕྱིར་བདག་མེད་ཤེས་  
པས་བདག་ལྟ་བ། དེ་ཕྱིས་ཀྱང་འབྱེན་ཞེས་སྒྲུབ་ཤིན་ཏུ་མཛར། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལ། ཁྱིད་ཀྱིས་དེ་ལྟག་པར་འགལ་འདུ་སྒྲུབའི་སྒྲུབ་པོ་ཡ་མཛན་ཅན་ཞིག་  
ཡིན་ཞེས་ཁྱོགས་སྒྲར་འཛང་ཀ་མ་བྱས་སམ། དཔེ་དང་ཡང་འགལ་ཏེ་སྒྲུལ་  
གྱི་འཛིགས་པ་སེལ་ཕྱིར་སྒྲུལ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཉིད་ལེགས་ཀྱི། སྒྲུལ་ཡོད་  
པ་དང་མེད་པ་གཉིས་ཀ་གཉིས་མིན་གང་ཡང་མིན་ཞེས་སྒྲུས་ན། ཀྱི་མ་གཏིང་  
ནས་སྒྲུ་ལངས་པ་དྲག་པོ་ཞིག་དང་ཡང་ཐུད་སྟུམ་ནས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་ཕྱིར་  
ཞིང་འཛིགས་པས་འཛིགས་པ་ལ་བོགས་འདོན་པའི་བརྟུང་སྟོང་མ་ཁན་པོ་ཁྱིད་

ཅག་གི་མན་ངག་དེ་ནི། སྟོང་ཆེན་གྱི་ལྷ་ར་གསང་ཆེན་དུ་འདུག་ཅིང་དབལ་  
ལྷན་ལྷ་བས་ཀྱང་མ་དགོངས་པས་གཏེར་དུ་སྤྲུམ་པ་གྲུབ་དབང་བསྐྱ་སམ་རྩ་  
ལའི་མན་ངག་ལྟར་འདོན་པའི་སྒྲུང་བའང་མ་བྱེད་དང་སྟར་ལྟར་འཛིགས་སུ་  
དོགས་སོ། །གལ་ཏེ་དང་པོ་མེད་པ་བསྟན་ནས་རྗེས་སུ་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པ་སྟོན་  
ཟེར་ན། སྐུལ་མེད་པར་བག་པའ་པ་ལ་སྤྲུང་ཡང་སྐུལ་ཡོད་མིན་མེད་མིན་  
གྱི་ཆོག་ཡིད་བརྟན་མེད་པ་ཞིག་སྤྲུམ་ཏེ་བགས་ཀྱིས་འཛིགས་པ་སྒྲོང་བར་བྱེད་  
པ་བྱེད་ནི་བདེའ་སྒྲོང་པའི་གྲོང་ནས་བཏོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཏྲ་ཤང་གི་ལྟ་བར་  
སྤྲད་ཁུལ་གྱི་ཟོལ་ཆེན་ཡང་། དེས་རྒྱུབ་བརྟེན་དུ་བྲངས་པའི་ཡུང་རྒྱལ་སེམས་  
གྱི་གཏད་སོར་འཆང་ཞིང་། ཡོད་མེད་དང་སྤང་དོར་གཤམ་དང་གཤམ་བྱ་གང་  
ཡིད་ལ་བྱེད་ཀྱང་བདག་འཛིན་དང་ལམ་ལ་གཤགས་བྱེད་གྱི་སྤྲིབ་པར་འདོད་  
པའི་ཕྱིར་ན། ཟེད་རྒྱ་ནག་ནས་ད་ལྟ་རབ་བྱུང་གི་གཟུགས་ཀྱིས་ཕྱོན་པ་གོར་  
མ་ཆག་གོ་ཞེས་སྤྲུམ་པ་ལ། ལན་བརྗོད་པ། ལྷ་བའི་ཞབས་ཀྱིས། བདག་  
མེད་རྟོགས་ཆེ་རྟག་པའི་བདག་སྒྲོང་ཞིང་། །ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་གཉིས་  
དོན་དང་དཔེར་བཅས་ཏེ་གསུངས་པ་འདིའི་ཚྭ་གས་སྟར་འཆང་ཀ་བྱས་པར་  
འགྱུར་ཞེས་སྟོན་བརྗོད་པ་འདི་ནི་མཆོན་མོ་ཐུན་ནག་གི་ནང་དུ་ཚྭ་གས་བསྤྲད་  
པའི་མིས་ཅ་ཅོ་འདོན་པ་ལྟར་རང་མཆོང་སྟོན་པའི་ཆོག་ཏུ་སོང་སྟེ། ཟེད་ཅག་  
རྟག་ཏུ་འདི་འདྲ་བའི་གནས་ལས་འབྱུལ་བར་སྤྲང་ཞིང་། མཉམ་བཞག་སྒྲོས་  
བྲལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་གཏན་ལ་འབབས་པ་དང་རྗེས་ཐོབ་གཤམ་

བྱམ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་གྱི་སྒྲིབ་ཡུལ་ཆ་མ་བྱེད་པར་དེ་གཉིས་གྱི་དོན་འགལ་  
 བར་བཟུང་ནས་ཟབ་མིའི་གནས་ཐམས་ཅད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྤངས་ཏེ་རྣམ་  
 ཤེས་ལ་མི་རྟོན་ཡེ་ཤེས་ལ་རྟོན་པ་སོགས་གོ་ལྟོག་ཏུ་གྱུར་བཞིན་དུང་དེ་བཞིན་  
 ག་ཤེགས་པའི་གསུང་རབ་འཆད་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་རྫོམ་པའི་ཁེངས་པ་དང་བཅས་  
 ཏེ་སྒྲུབ་ནི་ཀྱེ་མ་གཏིང་ནས་སྒྲིབ་ལངས་པ་དྲག་པོ་སོགས་ཁྱོད་གྱི་དཔེ་བཤད་  
 པ་དང་འདྲ་བར་ཤེས་སོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་གནས་ལུགས་མཐའ་བཞི་དང་  
 བྲལ་བར་ཁས་ལེན་པའི་སྐབས་དེས། བོད་གི་ཆོགས་བཅད་དག་གིས་དཔེ་  
 དོན་གཉིས་ཆར་གྱི་ཐད་ནས་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་དགོས་ཞེས་སྒྲུས་པའི་ཡ་མཚན་  
 ཆེ་ལྟེ། གནས་ལུགས་མཐའ་བཞི་བྲལ་བར་འདོད་པ་དེ་ལྟ་དཔེ་ལྟམ་ལ་བཀའ་  
 པ་ལྟར་ཐ་སྙད་དུ་ཁས་ལེན་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྱུར་དགོས་པ་སྒྲུ་ཞིག་གིས་  
 ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཅག་གིས་ནི་ཐ་སྙད་དུ་བདག་མེད་དང་བདེན་  
 མེད་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཁས་ལེན་གྱི་ལུ་གཞན་གསུམ་ནམ་ཡང་མི་སྒྱུར་རོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ཐ་སྙད་དོན་མཐུན་གྱི་ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་ལ་འང་ལུ་གཞན་སྒྱུར་  
 དོན་མེད་དོ། །དེར་མ་ཟད་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་བཤད་པའི་སྐབས་སྒྲུ་  
 ཡང་བདེན་མེད་དུ་ཁས་ལེན་གྱི་ལུ་གཞན་མི་སྒྱུར་གྱུང་དེ་དག་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཁས་  
 ལེན་ཚུལ་དུ་གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་རྒྱུ་དང་མེད་རྒྱུའི་  
 ཆོས་དེའི་ཁྱད་པར་སྒྱུར་ནས་འཆད་གྱི་ཁྱད་པར་གང་ཡང་མ་སྒྱུར་བར་སྒྱིར་  
 ཡོད་མེད་གྱི་དམིགས་པ་མཐའ་དག་མི་འགོག་གོ། །ཤེས་བརྗོད་གྱི་ཐ་སྙད་

ལས་འདས་པ་གནས་ལུགས་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་  
ན་ཆོས་གང་ཡང་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀར་དམིགས་སུ་མེད་པར་སྟོན་ཏེ་སྒྲིམ་པ་  
ཉི་བར་ཞིབ་འཕྲི་རང་བཞིན་དེ་ཐ་སྟོན་གྱི་ཡུལ་ལས་འདས་ཀྱང་ཐ་སྟོན་ལ་བརྟེན་  
ནས་རྟོགས་པ་མི་འགལ་བར་འདོད་དོ། །དེ་ལྟར་དམིགས་པ་མཐའ་དག་ཞི་  
བ་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་གནས་ལུགས་  
དེའི་དབང་དུ་བྱས་ན། བྱད་པར་མི་སྦྱར་བ་ཡོད་མེད་གང་ཡང་མིན་ཞེས་སྦྱར་  
བཀག་ཀྱང་མེད་པར་ཡང་མི་དམིགས་པ་དེས་བདག་མེད་པར་མི་དམིགས་  
པ་བསྐྱས་ཀྱང་བདག་ཡོད་དུ་མི་ལྟོག་སྟེ། བདག་བདག་མེད་གཉིས་ཀའི་མཐའ་  
དང་བུལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐབས་དེར་ཡང་བདག་མེད་པར་དམིགས་པ་བཀག་  
ན་བདག་ཡོད་དུ་ལྟོག་པས་བདག་མེད་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་མི་འགོག་པ་  
ཡིན་དགོས་ན་སྟོང་ཉིད་བདེན་གྱུ་བ་ཏུ་ཁས་ལེན་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །  
སྦྱལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དཔེ་ནི། ཐ་སྟོན་དུ་ཡོད་མེད་དབྱེད་པ་ཡིན་པས། རྟོགས་  
གང་དུ་སྦྱལ་ཆད་མས་དམིགས་ན་ཡོད་ཅེས་དང་། མ་དམིགས་ན་མེད་ཅེས་  
མཐའ་གཅིག་ཏུ་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་མུ་གཞན་སྦྱར་དོན་མེད་དོ། །དེ་ཞིག་རྣམ་  
གྲངས་པའི་དོན་དམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དོན་དམ་པར་སྦྱལ་ཡོད་དམ་ཞེ་  
ན། མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་མུ་གཞན་སྦྱར་དོན་མེད་དོ། །འོ་ན་སྦྱལ་མེད་པ་  
ཉིད་དོན་དམ་པར་ཡོད་དམ་ཞེན་དེ་ཡང་མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་མུ་གཞན་མི་སྦྱར་  
རོ། །ཁ་ལ་ཉི་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཆོད་དོན་དམ་པར་སྦྱལ་མེད་པའང་མེད་ན།

སྐྱུལ་དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་འཛིགས་པ་སྐྱེ་མཁན་དེ་ནི་ཁྱེད་  
 ཉིད་ཏུ་ངེས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རང་གི་འགལ་འདྲ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲུབ་པོ་ཡ་མཚན་ཅན་  
 ཞིག་ཡིན་ཞེས་བདེན་མེད་དང་སྐྱུལ་མེད་གཉིས་ཀ་དོན་དམ་པར་ཡོད་དགོས་  
 ཏེ་བསྒྲོག་མི་རིགས་ཞེས་སྒྲིབ་པའི་རི་སྒྲིབ་ཏུ། གང་ན་གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེས་  
 ལྟོང་རོ། །འདི་ལ་ལྟག་མར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། བདེན་གྲུབ་རྣམ་བཅད་ལ་ཞིགས་པས་བདེན་མེད་ཡོངས་གཙོད་ཏུ་  
 གྲུབ་པ་ཅམ་གྱི་ཐ་སྙད་དེས་མཚོག་པར། དོན་དམ་པར་གྲུབ་དགོས་པར་ཁས་  
 ལེན་པ་ནི་མི་འདོད་བཞིན་ཏུ་ལྟོང་ཉིད་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲིབ་པའི་གྲུལ་  
 ཏུ་སོང་ནས། ལྷ་བའི་ཞབས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ར་འཛང་ཀ་བྱས་པར་དངོས་སུ་  
 གསལ་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་བདེན་པ་གཉིས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས། ལྟའི་འཁོར་  
 དམ་པར་ན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་ཞེས་ཁྱེད་པར་དངོས་སུ་སྒྱུར་བ་རྣམས་  
 གངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཏུ་བྱས་པར་གསལ་ལོ། །དེས་ན་རེ་ཞིག་  
 བདག་མེད་ཀྱང་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ངོར་བདག་འཛིན་དེ་  
 བསྒྲོག་པའི་ཆེད་ཏུ་བདག་མེད་བསྟན་པའི་ཆོན། དེའི་ངོར་བདག་མེད་པ་ནི་  
 གནས་ལུགས་ཡིན་པས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཡོད་དོ་སྟེན་ཏུ་སེམས་མོད་ཀྱི། གནས་  
 ལུགས་ལ་བདག་མེད་པ་ཡང་དམིགས་སུ་མེད་པར་སྟོན་པའི་འཐད་པ་བསྒྲུབ་  
 ཏུ་མེད་ན་བདག་མེད་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འགྱུར་དགོས་ན་འང་། དེ་ཡང་མི་བདེན་  
 པ་རྒྱུན་པ་ཉིད་ཏུ་བསྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་ཡོད་པས་ན། དཔེར་ན་མི་ལམ་ལུ་

གི་ལ། དེ་མེད་སྒྲུལ་པའི་ནམ་ཉིད་ཀྱི། དེ་ཡོད་ནམ་པར་རྟོག་པ་ཡི། བོགས་  
 ཡིན་དེ་ཡང་བརྟུན་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གསུངས་པར་བྱས། དམིགས་  
 པ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་དབང་བཅན་དུ་མ་བྱས་པར་གནས་ལུགས་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་  
 བས་གཞལ་ན་བདེན་གྲུབ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་པར་གྱུར་ན། དེ་ལས་ལོག་པའི་  
 བདེན་མེད་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་ཡང་། བདེན་གྲུབ་ཅུང་ཟད་ཅིག་  
 ཡོད་མ་མྱོང་ན། བདེན་སྟོང་དེ་ཡང་སྒྲོས་པར་སྒྲོ་བཏགས་པ་ལས་ཡོད་ཀྱི་དངོས་  
 པོའི་གཤིས་ལ་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་མེད་བསྟན་བཅོས་ལས། གལ་  
 ཏེ་སྟོང་མིན་ཅུང་ཟད་ཡོད། སྟོང་པ་འདྲ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་འགྱུར། མི་སྟོང་  
 ཅུང་ཟད་ཡོད་མིན་ན། སྟོང་པ་ཡོད་པར་གལ་འགྱུར། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
 སྟོང་པ་ཉིད། ལྟ་ཀུན་ངེས་པར་འབྱེན་པར་གསུངས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 ཡིན་པས་དམིགས་པ་མཐའ་དག་བྲལ་བའི་དོན་བསྟན་པ་ན་དམིགས་པ་ཅན་  
 དག་འཛིགས་པ་སྦྱེ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་གནས་ལུགས་སྒྲོས་བྲལ་མ་གྲུབ་  
 བ་ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གཏན་ནས་མི་འབྱུང་ཞིང་། དེ་མ་བྱུང་ན་ནམ་  
 ཉིད་གི་སྒྲོ་དུ་ལུལ་འབའ་ཞིག་ལ་གནས་པ་སེམས་ཅན་གྱི་ས་ལས་མི་འཕགས་  
 པས་ན་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་ཐབས་མེད་པས་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྐམ་དང་  
 བཅས་པའི་བཤོད་པ་གཅིག་སུའི་ལམ་ལ་བདུད་ཀྱིས་བསྟན་པ་དང་ཏེ་ཤང་  
 གི་ལུགས་ཞེས་བརྗོད་མི་རིགས་ཏེ། མདོ་ཟུང་འདས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་སྡེ་སྡོད་སོགས་མདོ་སྡེ་དུ་མར། རིགས་ཀྱི་སུ་དེའི་ཆོ་དེའི་དུས་ན་ངའི་

ཉེག་ནས་རྒྱལ་ས་ལ་བདེན་པར་འཆད་པ་ནི་ཅུང་། ལོག་པར་འཆད་པ་ནི་མང་།  
 བདེན་པའི་ཆོས་འཛིན་པ་ནི་ཅུང་། ལོག་པའི་ཆོས་འཛིན་པ་ནི་མང་། སངས་  
 རྒྱལ་གྱི་བཀའ་འཛིན་པ་ནི་ཅུང་། བདུད་གྱི་ཆོག་འཛིན་པ་ནི་མང་ངོ་། ཞེས་དང་།  
 དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ན་དག་སྒྲོང་སྤྲིག་པ་ཅན་དག་གིས་མདོ་སྡེ་འདི་ལ་མདོ་སྡེ་  
 བདུས་ནས་བྱོགས་ཆུམ་པ་མང་དུ་བྱེད་དེ། དེས་ནི་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་མདོ་ག་  
 དང་བསྐྱུང་དང་བློ་བའི་རོ་མེད་པར་བྱེད་དོ། སྤྲིག་པ་ཅན་དག་དེ་ལྟར་མདོ་  
 སྡེ་འདི་གྲོག་གམ་འདོན་མོད་གྱི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་  
 པའི་དོན་ཟབ་མོ་འདི་མེད་པར་བྱས་གྱི། འཛིག་རྟེན་པའི་སྣམ་ཆོག་དོན་མེད་  
 པ་བརྟགས་ནས་འཛིག་རྟེན་པའི་ཆོག་གིས་བསྣན་ཏེ་ཁོར་བར་གཏན་ལ་ཕབ་  
 བས། ཞེས་སོགས་སྐྱ་ཆེར་གསུངས་པ་འདི་དག་དུས་སྤྲིགས་མར་སྐྱེས་པ་  
 རང་གཞན་སྐྱུས་ཀྱང་དུན་པར་བྱས་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མདོ་སྡེ་ལས་  
 འགལ་པར་སྒྲུ་མི་རུང་ངོ་། ཁོང་དུ་རྗེས་དྲུག་པ་དེ་ལྟར་ཐབས་ཚུལ་རིགས་  
 པ་སྣ་ཆོགས་སུ་གསུངས་པའི་ཐབས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ནམ་ཞིག་བདག་བདག་  
 མེད་གྱི་དམིགས་པའི་སྒྲིམ་པ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཆོས་ཉིད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
 བཟོད་པ་ཐོབ་པའི་ཆེན་བདག་མེད་དུ་མ་དམིགས་ཀྱང་བདག་ཏུ་དམིགས་  
 པར་འགྱུར་དགོས་པའི་སྒྲིམ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། བདག་མེད་དུ་འཛིན་པ་མེད་  
 ཀྱང་བདག་ཡོད་དུ་འཛིན་པ་འདྲ་ཡོངས་སུ་ཞི་བའི་བྱིར་ངོ་། སྐྱུལ་ཐ་སྙད་དུ་  
 མེད་པ་ལ་སྒྲུར་ཡང་མེད་པ་འདྲ་མིན་ཞེས་ནམ་ཡང་སྟོན་མི་རིགས་ཏེ། སྐྱུལ་

མེད་པ་དེ་ནམ་ཡང་མེད་པ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །བདག་མེད་པ་འང་དེ་དང་  
མཚུངས་ཏེ་ནམ་ཡང་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེན། ཐ་སྙད་ལ་བསམ་ན་དེ་ལྟར་  
འདོད་ཀྱང་། ཐ་སྙད་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ས་དོན་བདག་མེད་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་  
ཐ་སྙད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཅམ་སྟེ་གནས་ལུགས་ལ་ཡོད་པར་དམིགས་དགོས་  
པ་མ་ཡིན་པ་ནི། བདག་མེད་པ་ཞེས་པ་རྟོག་པས་ཕར་སྒྲོ་བདག་ས་པ་ཞིག་  
མིན་ན་བདེན་གྲུབ་དུ་འགྱུར་ལ། ཡིན་ན་དེའི་ངོ་བོ་དམིགས་སུ་མེད་པར་འགྱུར་  
བཙོན་གཞན་དང་མཚུངས་པས་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྒྲོས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་སྒྲིང་  
ཡུལ་དུ་དམིགས་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཟུང་འཛིན་གྱི་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཞི་བའི་ངོར་མ་དམིགས་པས་གོ་མཚོད་ལ། གཟུང་འཛིན་ཅན་གྱིས་དམིགས་  
པས་གོ་ཚོད་ནས་བདག་མེད་པ་ཞེས་པའི་དམིགས་པ་ནམ་ཡང་བསྒྲོག་མི་  
རིགས་ན། ལྷ་བས། རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྒྲ་བདེ་ལ་སོགས་པའི། །དངོས་པོ་  
ལོག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་བཟླས་པས། །དེ་ཡི་བདག་ཉིད་གང་དུ་མིག་དག་པས། །  
མཐོང་སྟེ་དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་འདིར་གཤེས་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལས་གོ་བསྒྲོག་  
ནས། སྒྲོས་བྲལ་ཅིར་ཡང་མ་དམིགས་པ་དེ་མཐོང་བ་ལོག་པ་དང་། སྒྲོས་པ་  
ཅན་གྱིས་མཐོང་བ་ཁས་ལེན་དང་བཅས་པ་དེ་མཐོང་བ་ཡང་དག་པར་འདོད་  
དགོས་ན། ལྷ་བའི་ཞབས་གྱིས་མ་དགོངས་པའི་དོན་འགལ་བར་སྒྲུས་པ་ལ་  
ཐར་འདོད་དག་འཛིགས་པའི་གནས་སུ་སོང་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་འཛིག་  
རྟེན་ཚད་མ་ཡིན་ན་ནི། །འཛིག་རྟེན་དེ་ཉིད་མཐོང་བས་འཕགས་གཞན་



གྱིས། ཅི་དགོས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །སྤྱོད་པོ་ཚད་མར་  
 རིགས་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། དེ་ཉིད་སྐབས་སུ་འཛིག་རྟེན་གཞོན་  
 པ་མེད། ཅིས་དང་། སད་པར་གྱུར་ན་གསུམ་ཆར་ཡོད་མིན་ལྟར། །གཏི་  
 ལུག་གཉིད་ལས་སད་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་སྐྱེ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟར་  
 འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་པའི་དབྱིངས་སུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་རྣམ་པར་  
 མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་རྣམས་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དམིགས་པ་འཕྲོས་པ་རི་  
 ལྟར་མངའ་སྟེ། དེ་དག་ལ་བདག་མེད་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒྲོས་པ་མེད་ན། བདག་  
 ཡོད་ཏུ་འཛིན་པའི་སྒྲོས་པ་ཡོད་པར་ཚུལ་གང་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱས། དེ་  
 དག་རྣམས་གཟུང་འཛིན་མཐའ་དག་དང་བྲལ་པའི་ཕྱིར་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་གནས་ལུགས་མ་རྟོགས་པར་ཡང་སྤྱོད་ཞིག་གིས་བསྐྱབ་བྱས་ཏེ། ཐ་སྙད་ཏུ་  
 དཔྱོད་ན་དེ་དག་ལ་འཛིན་པ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་རྟོགས་  
 པར་བསྐྱབ་པའི་ཚད་མ་ཡོད་པར་ཅི་ལ་འགལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་ན་རྣམ་གྲངས་  
 པའི་དོན་དམ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་སུ་བདག་མེད་ཁས་སྤང་བ། དོན་  
 དམ་ཕྱི་མའི་སྐབས་སུ་ཁས་སྤང་བས་སྤྱོད་མའི་ཁས་ལེན་པ་བསྒྲིག་ནས་བདག་  
 ཡོད་ཏུ་ཕྱོག་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། བདག་བདག་མེད་གཉིས་ཀ་མགོ་  
 མཉམ་ཏུ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་གནས་ལུགས་མཐའ་བྲལ་དཔྱོད་  
 པའི་སྐབས་ཀྱི་ལུ་བཞི་བྲལ་ཚུལ་དེ་ཐ་སྙད་ཏུ་སྤྱོད་ཡོད་མེད་དཔྱད་པ་ལ་སྦྱར་  
 དགོས་ངེས་སུ་གོ་བ་བྱེད་ཀྱི་འདོད་པ་འདི་ལྟར་ན། ཕྱོགས་འདིར་ཚུ་ཡོད་མེད་

དབྱད་པ་ལའང་སྒྱུར་དགོས་ངེས་དེ་འདྲའི་སྒྲུབ་པ་ནི་ཉ་ཅང་ཐལ་ཏེ་ཆུ་ཡོད་མེད་  
དང་སྒྲུབ་ཡོད་མེད་དབྱད་པ་ཙམ་ཞིག་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ལ་དབྱད་པ་  
མ་ཡིན་པར་སྒྲུབ་ཀྱང་གོ་བཞིན་དེ་འདྲའི་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ནི་སྒྲུབ་མ་གྲགས་  
པའི་མཁས་པའི་ཁྱད་ཚེས་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྟོང་ཉིད་གྱི་སྒྲུབ་པོ་གསང་ཆེན་  
ཞིག་ཡིན་པ་ལས་འོས་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་ན་ཐ་སྙད་དོན་མཐུན་གྱི་བརྗོད་པ་ཐམས་  
ཅད་གཅིག་ཀྱང་དོན་དམ་པར་མེད་པར་བརྗོད་དུ་མི་རུང་ཞིང་དོན་དམ་པར་  
ཡོད་པར་བསྒྲུབ་དགོས་པར་འགྱུར་བས། ཤེས་བྱ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་  
དང་། མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྟོང་ཡུལ་འགལ་མེད་དུ་ཤར་བརྒྱུ་མས་གྱིས་ནི་ཡོད་  
མེད་དང་སྒྲུབ་དོར་ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་གང་ཡིད་ལ་བྱས་ཀྱང་བདག་འཛིན་དང་  
ལམ་ལ་གོགས་བྱེད་གྱི་སྒྲིབ་པར་མི་འདོད་པར་མ་ཟད། ལམ་གྱི་གོགས་དང་  
གོགས་མ་ཡིན་པ་སོགས་སྒྲུབ་དོར་དང་ཡོད་མེད་གྱི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཤིན་  
ཏུ་ཤིན་འབྱེད་པར་བྱེད་ལ། དེ་ལྟར་སྟོས་པ་སྒྲུབ་ཆོག་གསུངས་ཀྱི་དོན་མ་འདྲེས་པར་  
གསལ་བར་མཐོང་བ་དང་། གནས་ལུགས་སྟོས་བྲལ་གཉིས་འགལ་མེད་དོན་  
གཅིག་ཏུ་འཆད་ཤེས་གྱི། སྟོས་པའི་ཚྭ་གསལ་བཟུང་ནས་སྟོས་མེད་སྟོང་བ་དང་།  
སྟོས་མེད་གྱི་ཚྭ་གསལ་བཟུང་ནས་སྟོས་པའི་རྣམ་བཞག་ཅི་ཡང་འཆད་མི་ཤེས་  
པའི་ཚྭ་གསལ་རེ་བའི་སྟོ་གོས་ཅན་དུ་མ་གྱུར་པས་རི་ལྷ་རི་སྟེད་གྱི་དོན་ལ་འགལ་  
མེད་གྱི་སྟོ་གོས་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སྟོན་གྱི་རྒྱ་ནག་དག་སྟོང་གིས་ཅི་  
ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་རྒྱབ་བརྟེན་དུ་མདོ་སྤེ་བརྒྱད་ཅུ་ཁུངས་སུ་བྱས་ཞེས་

གྲགས་པའི་གཏམ་རྒྱན་ཙམ་ལས། མདོ་སྡེའི་ཡུང་དྲངས་པ་དང་། དེའི་དོན་  
 རི་ལྟར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ཡིག་ཆ་གང་ཡང་དེར་སང་མི་སྤང་བས། དེ་དང་  
 གཞན་འདྲ་མི་འདྲ་ཡང་རི་ལྟར་ཤེས་རུས་ཏེ། འདྲ་གཞི་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་དེས་རྒྱམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་མདོ་དང་བསྟན་བཅས་ཆེན་པོ་རྒྱམས་  
 བས་རི་རྒྱད་གསུངས་པ་ལྟར་གཏན་ལ་ཐབས་ཡོད་ན། སྤྱིན་སོགས་ཐབས་  
 གྱི་ཆ་བཀག་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བསྟན་པ་རྒྱད་ཏུ་དེར་སང་བཤད་པའི་རྩ་ཐོས་  
 གཏམ་རྒྱན་འདི་ཡང་མི་བདེན་པར་ངེས་ཏེ། ཐབས་ཚུལ་རིགས་པ་དེ་ཐམས་  
 ཅད་རྒྱམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་དང་། རྒྱམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཟིན་པས་སྤྱིན་སོགས་ཐབས་གྱི་ཆ་དང་ལྡན་པའི་རྒྱམ་ཀྱན་མཆོག་  
 ལྡན་གྱི་སྒོར་ཉིད་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པས་བསྟོད་གཅིག་ལམ་རི་བཞིན་  
 གཏན་ལ་ཐབ་ཡོད་ན་དེ་ལ་དེ་འདྲའི་ལུགས་ངན་པ་འཛིན་པའི་སྤྱོད་པ་འབྱུང་  
 མི་རིགས་ལ། ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ་སོགས་ཀྱིས་དགག་པར་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱལ་  
 བའི་ལམ་ཡང་དག་པ་འགོག་པའི་ནང་བའི་མཁས་པ་སྤྱི་ཡང་མི་སྤྱིད་དོ། །  
 གལ་ཏེ་མདོ་སྡེ་ཡུང་སྤངས་ཀྱང་མདོ་སྡེའི་དོན་རི་བཞིན་མ་ཤེས་པར་ལོག་  
 པར་བཤད་ན་དེས་རྒྱལ་བ་རྟེན་ཏུ་དྲངས་པ་ཙམ་གྱིས་ཡུང་དེ་དག་ལ་ད་ལྟ་གཏན་  
 སོ་འཆའ་བ་ཐམས་ཅད་དེའི་ལུགས་སྤྱི་གལ་འབྱུང་ཏེ། དེས་རང་སྤྱོད་ཀྱི་མས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དོན་བསྟན་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ན་བཀའ་མ་  
 ཡིན་པར་མི་འབྱུང་བས་དེ་ལྟར་སྤྱོད་པ་དེ་དག་གིས་ཏ་ཤད་གིས་རྒྱལ་རྟེན་ཏུ་

དངས་པའི་ལུང་དེ་དག་ཏུ་ཤང་གི་ལུགས་ཡིན་པར་བསམ་སྒྲུང་བས་འདི་འདྲའི་  
 སྒྲུབ་པ་ཁ་ནས་འབྱེན་པ་དེ་དག་རང་གི་ཚིག་དེས་ཚིག་གིས་བརྟེན་ཚུལ་དང་།  
 དོན་གྱི་དགོངས་པ་ལེན་ཚུལ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་ཡང་དག་པར་བརྟེན་སྒྲུང་  
 པའི་གལ་ནས་རང་གིས་རང་ཉིད་བཏོན་པར་སྒྲུང་གི་གཞན་སྤྱད་ཀྱང་བཏོན་  
 པ་མིན་ནོ་ཞེས་རྒྱུ་འཇུག་གི་ལུགས་ལྟར་ཚིག་གིས་སྒྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེས་ན་ཅིང་ཡང་མི་དམིགས་པ་ཡིན་ཚད་ཏུ་ཤང་གི་ལུགས་སུ་བྱེད་པ་དེ་དག་  
 གིས་རང་ཉིད་ལ་སྒྲུབ་བྱལ་གྱི་གོ་ཕྱོགས་ཅམ་ཡང་མ་ཤར་བར་ཟབ་མོའི་དོན་  
 ལ་རྒྱུ་ཀྱིས་ཕྱོགས་པའི་རང་མཚངས་སྟོན་པའི་ཚིག་གི་ཕོ་ཉ་ཕྱོགས་སུ་བཀྱེ་  
 པ་ཡིན་ཏེ། གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ལ་དཔྱད་པ་ཡང་དག་པའི་རིགས་ལམ་  
 བས་དངས་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཅིང་ཡང་མི་འཛིན་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་  
 ཅིང་ཡང་མི་འཛིན་པའི་སྐབས་དོན་ཤུགས་མ་བྱེད་པར་ཏུ་ཤང་གི་ལུགས་ཀྱི་ཅིང་  
 ཡང་ཡིད་ལ་བྱ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་མཛོན་རྟགས་སུ་འཛིན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་  
 ཀྱིས་དམིགས་པའི་སྒྲུབ་པ་གང་ཡང་མ་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་  
 པར་གསུངས་པ་གཉིས་དོན་ལ་གནམ་ས་བཞིན་དུ་བྱད་ཆེ་ཡང་དེ་འདྲའི་དོན་  
 ལ་ཕྱོགས་སུ་ཡང་མ་བྱེན་པར་དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་བྱེད་ནི། རྒྱ་  
 གར་ནག་མོགས་ཕྱོགས་གང་ནས་བྱོན་པ་རྗེས་དཔག་གིས་མ་ཤེས་ཀྱང་། བརྟེན་  
 པ་དེ་རྣམས་དགོངས་པ་ཅན་མིན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱི་ཟབ་  
 དོན་མཐར་ཐུག་རྣམས་ལ་སྒྲིགས་འགོ་སྐྱལ་དཔལ་རྣམས་སོམ་ཉི་བསྐྱེད་ནས་

མི་འཇུག་པར་བྱ་བའི་སྒྲུབ་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་གཟུགས་ཀྱིས་བྱོན་པ་ཞིག་ཡིན་  
པར་ནི་རྗེས་དངག་གིས་ཤེས་པོ། །ཐུབ་དབང་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུའི་བཀའ་དྲིན་  
ཀྱིས་རང་ཅག་པོད་འབངས་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་མཐུན་  
ཞིང་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་པ་འདི་བྱུང་གི་གཞན་པ་སུ་ཡང་རང་མགོ་  
མོད་པས་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་བདག་ཅག་རྣམས་དམ་པ་མ་  
ཆོག་དེའི་བཀའ་དྲིན་ཀྱིས་འཆོ་བ་ལ་བྱས་པ་གཞོ་བའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ཅིང་།  
གསར་དུ་གཏེར་གྱི་ཆོས་སྒྲུབ་ལ་རེ་བའང་མེད་དེ། མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་  
དང་བཅས་པ་འདི་དག་གིས་མཆོག་པ་རྒྱལ་ཅམ་མེད་པར་ཤེས་པ་ལགས་གྲང་།  
བདག་ཅག་ཏུ་མ་ཟད་ཐུབ་དབང་དམ་པ་དེ་ལ་བཀའ་དྲིན་དཔྱད་ནས་བྱས་པ་  
གཞོ་བའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་པ་ལས་ཁྲེལ་བསྐྱས་ཀྱིས་ཟུར་ཟ་བོད་གངས་  
ཅན་པ་སུས་གྲང་སྒྲུབ་པར་མི་འོས་སམ་སྟམ་པོ། །

ཡང་ཚུད་ཡིག་ཏུ། ཁོ་ན་རེ། བདག་མེད་དོ། །ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་དོ་སྟམ་དུ་ཞེན་  
བའང་མི་བརློག་གམ་ཞེན། བྱིད་ཅག་འདི་འདྲ་ལས་འབྱུལ་བར་སྒྲུབ་སྟེ།  
ཆད་མ་མདོར། མིང་དང་རིགས་སོགས་སྒྱུར་བ་ཡི། རྟོག་པ་དང་བྲལ་མཛོན་  
སྟམ་པོ། །ཞེན་རིག་རྟོག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅེས་གསར་བུ་བ་རྣམས་ལའང་  
གསལ་བ་ནི། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྟོག་པའི་བྱ་བ་རྣམ་བསལ་བས། །གསལ་  
བ་ཉིད་དུ་སྒྲུབ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཛོན་སྟམ་དུ་རྟོགས་ཆོད་  
དང་བྲལ་ཡང་ཆད་མས་རྟོགས་པ་ཅི་ལ་འགལ། བྱིད་ཀྱིས་སྒྲུབ་པའི་ལུང་།

མུང་འདི་སྟོང་ཞེས་རྟོགས་ན་འང་ཞེས་ཡང་འཇུག་གིས་མོད། དེ་འདྲའི་འབུམ་  
བ་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར་དགག་པར་མི་སྒྲོའོ། །འཇུག་པར། སྒོ་མེས་ཡན་  
ལག་ཅན་བསྐྱེད་ཡན་ལག་གོ་ཞེས་གསུངས་པས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་སོ་སོར་  
གསལ་བའི་ཕྱིར། རང་གིས་རང་བསྐྱེད་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤིང་གཉིས་  
འདྲུད་པ་ལས་མེ་བྱུང་སྟེ་བསྐྱེད་པའི་དཔེ་ཡང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཁོ་ན་སྟེ་གང་  
ལས་བྱུང་བའི་གཞི་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་མེ་གཅིག་ཏུ་རི་ལྟར་རིགས།  
དེའི་ཕྱིར། མདོ་སྟེ་རྒྱུན་ལས། འདི་ན་དང་པོར་ཐོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཚུལ་བཞིན་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འབྱུང་། ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གོ་མས་ལས་ཡང་དག་  
དོན་ཡུལ་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་། ཞེས་དང་། རྒྱུན་ལས། ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་  
པ་དང་། འཇུག་དང་རེས་རྟོགས་སྒྲོམ་པའི་ལམ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་རྟོགས་པ་རིམ་གྱིས་བརྒྱུད་དེ་དེ་ཉིད་མདོན་སུམ་  
དུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་འབྱུང་བ་ནི་མདོ་སྟེ་གསུམ་ཀུན་དགོངས་པ་མཐུན་པ་སྟེ། སྤར་  
བྱངས་པ་དང་། བཅོས་མ་བཅོས་གྱི་རྣལ་འབྱོར་རིམ་གཉིས་གྱིས་ཤེས་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་སྒྲུས་པ་ལ། ལན་བརྗོད་པ། ཁྱོད་གྱིས་སྒྲུས་པ་དེ་དག་དོན་བསུས་  
ན་བདག་མེད་དོ། །ཐ་སྟོད་དུ་ཡོད་དོ་སྟེ་མེད་སྟོད་དང་བུལ་ན་གནས་ཡུགས་  
རྟོགས་པའི་སྒོ་གཞན་མི་སྤྱིད་པར་ཁས་སྤངས་ནས། སྟོང་ཉིད་མདོན་སུམ་  
རྟོགས་པའི་ཆོ་མིང་དང་རིགས་སོགས་སུ་སྒྱུར་བ་སྒྲ་དོན་འདྲེས་འཛིན་ནམ་  
ཞེན་རིག་གི་རྟོག་པ་དང་བུལ་ཏེ་མདོན་སུམ་རྟོགས་དུས་དེ་གཉིས་སུ་འཛིན་

པ་མེད་ཅེས་ཡིད་ལ་ཡོད་བཞིན་གསལ་པོར་ཁ་དམར་མ་གདགས་པར་བཤད་  
 ཡམ་ཙམ་བྱས་ནས་ཚད་མས་རྟོགས་པ་ཅི་ལ་འགལ་ཟེར་གྲང་། ཚད་མས་  
 རྟོགས་པ་ཅི་ལ་འགལ་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་ཚད་མས་རྟོགས་པ་ལ་  
 ཚད་མས་རྟོགས་པ་འགལ་ཞེས་སྒྲ་བའི་ཕྱོགས་སྒྲ་བ་སྒྲ་ཡང་མི་འདུག་མོད།  
 སྟོང་ཉིད་མངོན་སྲུང་རྟོགས་ཆེ་ཞེན་རིག་དང་བྲལ་བ་ཙམ་འདིའི་ཁྱད་ཆོས་ཅི་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སྲུང་ཐམས་ཅད་དེ་འདྲའི་རྟོག་བྲལ་ཡིན་ནོ། སྟོང་  
 ཉིད་མངོན་སྲུང་རྟོགས་ཆེ། བདེན་གཉིས་ལས། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ལམས་  
 གསུམ་པ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བསྐྱེས་པའི་  
 གཟུང་འཛིན་གང་ཡང་མེད་པ་ལ་བཤད་དགོས་གྲང་། ཁྱེད་ཅག་ལྟར་ན་བདག་  
 མེད་དོ། རྩ་སྟངས་དུ་ཡོད་དོ་སྟམ་པའི་སྟོབ་གཉིས་ཀ་ཆོག་སྐྱེས་ནས་དབུས་ལ་གནས་  
 པར་འདོད་པ་ལྟར་ན། འཕགས་པ་སྟོབ་པའི་མཉམ་བཞག་སྣང་མེད་དུ་གཉིས་  
 སྣང་རུབ་པའི་ཆེ་ན་སྟོབ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་དགོས་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་རུང་མ་  
 ཚང་ན་དབུས་ལ་མི་གནས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་དེ་གཉིས་ཅིག་ཆར་དུ་  
 འཛིན་པ་ཡོད་དམ་རིམ་ཅན་དུ་ཡོད། དང་པོ་ལྟར་ན་མཉམ་བཞག་སྣང་མེད་  
 དེས་བདེན་གཉིས་ཅིག་ཆར་མི་དམིགས་པར་འདོད་པ་དང་། དེའི་ཆེ་སྒྲོད་ན་  
 འདྲེས་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་མེད་པས་བདག་མེད་དང་ཐ་སྟངས་དུ་ཡོད་པ་གཉིས་  
 སྒྲ་འཛིན་པ་འང་མེད་ལ། སྦྱིར་ཞེན་རིག་གི་རྟོག་པ་གཉིས་ཆར་འདུག་པ་ཡང་  
 མི་སྲིད་པས་ཁགས་སོ། །རིམ་ཅན་དུ་འཛིན་པ་འང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དོན་དམ་

པ་ཁོ་ནའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྟོག་བཅས་ཀྱི་སློ་  
ནི་དབུས་ལ་གནས་པའི་དབུ་མ་པར་རུང་ལ། རྟོག་མེད་གྱིས་མངོན་སུམ་རྟོགས་  
ཆོ་མི་རུང་བར་སྒྲིབ་གོས་ན་ཉ་ཅང་འགལ་ལོ། །གཞན་ཡང་བདེན་མེད་མེད་  
དགག་ཁོ་ན་གཉིས་སྒྲུབ་རྒྱུ་པའི་མཉམ་བཞག་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་  
པའི་ཚུལ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །བདེན་མེད་མེད་དགག་མཐོང་པའི་སློ་ཞིག་  
ཡོད་ཅིང་དེ་ཞེན་རིག་དང་བྲལ་དུ་རྒྱག་མོད། ཡུལ་སྒྲོན་པོ་མཐོང་པའི་མངོན་  
སུམ་བཞིན་གཟུང་འཛིན་མེད་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། བདེན་མེད་དུ་འཛིན་  
པ་མེད་ན་བདེན་མེད་མི་རྟོགས་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཡུལ་བདེན་  
པ་མེད་པ་དང་། ཡུལ་ཅན་བདེན་མེད་དུ་འཛིན་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་དགོས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཅི་ཞིག་རིག་ ཅིས་དང་། གང་ལ་སྒྲུབ་བ། གང་  
སྒྲུབ་བ། རི་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་རྣམ་བཞག་བྱེད་དགོས་པར་བྱིད་རང་གིས་འོག་  
ཏུ་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །སློ་རང་ངོ་ན་གཟུང་འཛིན་མེད་ཀྱང་རྗེས་ཤེས་གྱིས་  
དེ་ལྟར་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་མི་འགལ་ཟེར་ན། ལྟར་བས་པའི་དམིགས་མེད་དུ་  
བཤད་པ་ལའང་དེ་ལྟར་བྱེད་དོ། །བདེན་མེད་སྒྲོས་བྲལ་མངོན་སུམ་རྟོགས་  
པའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སློའམ་ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་ཞེན་རིག་གི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་  
བར་མ་ཟེད། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་གཟུང་འཛིན་གང་ཡང་མེད་པ་དང་། དབུ་  
མ་ཡིན་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་  
ཡིན་པར་བསྒྲུབ་རྒྱས་ཏེ། ཐོས་བསམ་གྱིས་དེ་གཏན་ལ་འབབས་པའི་སྐབས་



སྤང་དེ་ལྟར་བརྒྱབ་པ་དེ་མདོན་སྤྲུལ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་  
གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བ་དང་། གོ་དོན་རྟོགས་དོན་མཚུངས་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །  
སྤྱད་པའི་ལུང་དྲངས་པ། སྤང་འདི་སྤྱད་ཞེས་རྟོགས་ན་འང་ཞེས་ཡང་འཇུག་  
སྤང་མར་བྲིས་འདུག་གྱུང་བདག་གིས་དེ་ལྟར་ཆེད་དུ་བཀོད་པ་མ་ཡིན་ལ།  
སྤང་གཞི་འབྲི་བ་པོས་ནོར་བར་ཟད་དེ་དེ་འདྲ་འགའ་ཟུང་བྱེད་མོད་མིང་གིས་  
གྱུར། རང་གཞན་སྤྱི་དཔེ་ཆ་ཡིན་གྱུང་བྲིས་ནོར་དེ་འདྲ་མི་འབྱུང་བའི་མཐའ་  
འཇོག་ཏུ་མེད་པ་དེ་འདྲའི་སྒྲོས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། སྒྲོ་མེས་ཡན་ལག་ཅན་བསྐྱེགས་  
སྐྱེགས་བསྐྱེག་བྱ་སྐྱེག་བྱེད་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པ་གྲུབ་ཟིན་བརྒྱབ་མི་དགོས་ལ།  
དེས་ན་ཤིང་གཉིས་ཟུང་དུ་འདྲུད་པའི་མེས་ཤིང་གཉིས་བསྐྱེགས་པ་དཔེར་  
བྱེད་པ་ནི་འོད་སྤྱང་གིས་ཁྱས་པའི་མདོར་གསུངས་པ་ལྟར་བཀོད་པ་ཡིན་ལ།  
རྒྱན་སྐྱུག་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས་གྱུར། རི་ལྟར་བསྐྱེག་བྱ་ཆོག་པའི་མེ་ཞེས་  
སྐྱོགས་དང་། ལྟ་བུ་འཇོག་པའི་དུས་སྤྱི་ནི། ཁྱེ་ཤེས་ཡང་དག་མེ་འབྱུང་སྟེ། །  
ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་སྐྱེག་པར་བྱེད། ཅིས་སྐྱོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤིང་  
གཉིས་ལས་བྱུང་བའི་མེ་དེས་ཤིང་གཉིས་ཀ་བསྐྱེག་པ་དཔེར་བྱས་ཀྱི། མེས་  
མེ་རང་ཉིད་བསྐྱེག་ཅིས་མ་བཤད་ལ། ཁྱིད་ཀྱི་འདོད་པ་ལྟར་ན་རང་མི་བསྐྱེག་  
ཅིས་པ་རྒྱ་གཞན་ལས་བྱུང་བའི་མེ་མ་གཏོགས་ཤིང་ལས་བྱུང་བའི་མེས་ཤིང་  
རང་ཉིད་མི་བསྐྱེག་ཅིས་གོ་བར་འདུག་པས་སྤྱོད་པའི་མེས་སྤྱོད་པ་རང་ཉིད་མི་  
བསྐྱེག་པར་འདོད་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་པ་དག་གིས་འཕྱུ་བས་ཆོག་ཅིང་། རང་

གི་ཤེས་པ་གྱི་མེས་པོ་རྒྱུད་གྱི་ཉོན་མོངས་མི་བསྐྱེད་པར་གཞན་རྒྱུད་གྱི་ཉོན་  
མོངས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་གོ། དེའི་ཕྱིར་མདོ་རྒྱན་དང་རྒྱན་སོགས་  
ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་རྟོགས་པ་རིམ་གྱིས་བརྒྱད་དེ་དེ་  
ཉིད་མདོན་སུམ་རྟོགས་པ་མདོ་སྒྲགས་དགོངས་པ་མཐུན་པར་སུས་ཀྱང་གྲུབ་  
ཟིན་ཡོན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་བཅོས་མ་བཅོས་གྱི་རྣལ་འབྱོར་རིམ་གཉིས་སོགས་  
གྱི་ལུང་དྲངས་མི་དགོས་སོ། །

ཡང་རྩོད་ཡིག་ཏུ། ཁོ་ན་རེ། གང་ཆེ་དངོས་དང་དངོས་མེད་པ། སློ་ཡི་མདུན་  
ན་མི་གནས་པ། ཞེས་གསུངས་པས་དངོས་མེད་ཀྱང་སློ་ཡི་ཡུལ་དུ་མེད་པ་  
མ་ཡོན་ནམ་ཞེན། འོན་སྐར་མདུན་དུ་གནས་ལ། བྱིས་མི་གནས་པ་ཞིག་ཏུ་  
བལ། གང་ཆེ་ཞེས་དུས་ངོས་བཟུང་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་འདི་ལྟར་སྐར་ཐོས་  
བསམ་གྱི་དུས་ན་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་རྒྱུད་ཆད་འབྲེལ་མེད་པ་ལྟར་སྒྲུབ། དེ་ནས་  
ཞི་ལྷག་གིས་རིམ་གྱིས་གཉིས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཏེ་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལྟ་  
བུ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྒྲུབ་པ་འབྱུང་སྟེ། དང་པོ་བྱི་རོལ་གྱི་གཟུང་སྒྲུབ་  
ཤས་ཆེ་བས་ཀུན་བཏགས་ལ་འཇུག་པ་དང་། བར་དུ་ནང་འཛིན་པ་སེམས་  
གྱི་སྒྲུབ་པ་ཤས་ཆེ་བས་གཞན་དབང་ལ་འཇུག་ཅིང་འཛིན་པ་ཕྱོགས་གཅིག་  
པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། སེམས་ཅམ་ལ་གནས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་སྒྲུབ།  
ཐ་མའི་ཆེ་གཉིས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་མོང་ལོག་སྟེ་ཡོངས་གྲུབ་ལ་འཇུག་ཅིང་སྒྲུབ་མེད་  
གནས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་ཐོབ་པར་གསུངས་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་གྱིས་ལྷ་དང་།

གསུམ་གྱིས་མཐོང་ཐོས་མེད་པའི་སྒྲོང་ས་པ་དག་ལ་ཅི་ཆ་ཡོད། ཁྱོད་ལྟར་ན་  
 འགལ་བར་མཐོང་སྟེ། མདུན་ལྟ་བུར་ཡུལ་མི་གནས་པའི་སྒོ་དེ་ཆོས་ཅན།  
 ཡུལ་མེད་པ་ཅན་དུ་ཐལ། དམིགས་པ་མེད་པ་རབ་རྒྱ་ཞི། ཞེས་པའི་དགོངས་  
 བར་འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་འོག་རྒྱ་ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཅི་ཞིག་རིག། གང་  
 གིས་ཤེས་པ་ཞེས་བརྗོད་བྱེད། ཅེས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། སྒྲོ་ཡང་  
 མེད་དོ་ཞེན། འོ་ན་གཉིས་ཀ་མཉམ་དུ་མེད་པས་གང་ཞིག་གང་གི་མདུན་དུ་  
 ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ཁྱད་པར་འབྱེད། མོ་གཤམ་བུའི་མདུན་དུ་དེའི་རྩ་བོ་  
 ཡོད་མེད་གྱི་དབྱུང་པ་དེ་ནི་མཁས་གཏམ་སྟོན་མེད་པ་ཞིག་གོ། ཁྱོད་ལྟར་ན་  
 ཡུལ་ཤེས་ཀྱན་མཐའ་བྲལ་སྟོང་པ་ཆེན་པོ་ཅི་ཡང་མེད་པ་དེའི་ཐུགས་ཀར་ཐིམ་  
 བར་གསལ་ཏེ། ཆོད་མས་མ་དམིགས་ཤིང་ཆོད་མ་ཡང་བཀག་པའི་ཕྱིར།  
 དེས་ན་འདི་དག་གིས་བཤད་པ་ཇི་སྟེད་པ་ཐམས་ཅད་ཐར་འདོད་འོག་ལམ་  
 ཏུ་འཁྲིད་པ་ཤིས་སྟེ། འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱན་དང་མཐོང་བ་མངོན་གྱུར་  
 གྲང་མེད་པ་འཛིག་རྟེན་རྒྱུང་འཁེན་ལས་གྲང་ཐ་ཆད་པ་སྟེ། མཆིལ་མའི་ཐལ་  
 བ་བཞིན་དོར་ཏེ། ས་གོང་མར་ཡོན་ཏན་གྲངས་འཁེལ་བ་ལྟར་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་རྒྱ་བ་ཉ་གང་བ་བཞིན་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མཆོན་  
 དོན་དང་མཐུན་པར་བྱ་ཞིང་མཛད་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་དང་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པའི་  
 རྒྱལ་དབེ་དུག་དང་དགུས་མདོ་དང་བུམས་པས་གཏན་ལ་ལབ་ཅིང་། རང་  
 བཞིན་དོན་ནི་གྲུབ་དོན་དུ། ཞེས་པ་ལྟར་དྲི་མ་མེད་པའི་དངོས་སྟོབས་རིགས་

པའི་སྒོ་ནས་བསྐྱབ་པ་དང་། རིགས་པའི་དབང་ལྷན་ཀླུ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཟླ་བ་དུན་  
མདོ་དང་བཅས་པ་ལས་གསུངས་པའི་ཚུལ་ལ་གཏིང་ནས་ངེས་པ་དངས་ཏེ་  
བསོད་ནམས་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ལྷུང་དུ་བསྐྱད་པར་བྱ་སྟེ། རིན་ཆེན་ཐེང་བར།  
དབག་ཏུ་མེད་པ་རྣམ་བཞི་ཡིས། །ཆོག་ས་ཀྱིས་རིང་པོར་མི་ཐོག་ས་པར། །  
རི་ལྷ་ལུང་ནི་ཐོབ་མི་འཕྱུར། །ཞེས་དང་། ལྷ་བས། ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་  
མཐར་ཐུག་མཚུངས་པ་མེད་པ་དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བརྟེས། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སྒྲུབ་སོ། །

དེ་ལ་ལན་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ། ཀྱ་ཡེད་གཞི་སྦྱོང་བསྐྱེས་པོ་དལ་ཅིག་ལྟོད་པོར་བཞུགས་  
དང་རིམ་གྱིས་བགོ་བར་བྱའོ། །ཁང་ཆོ་དངོས་དང་དངོས་མེད་སྟགས་གསུངས་  
པའི་གང་ཆེ་ཞེས་དུས་ངོས་བཟུང་བ་ལྷ་ལུང་ཚུལ་དུ་མི་འཆད་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་  
རི་ལྷར་འཆད། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་སྒྲོ་ཡི་མཁུན་  
དུ་སྒར་གནས་ལ། ཕྱིས་མི་སྒྲུང་བར་འདོད་པ་དང་། སྒར་བདེན་འཛིན་ཅན་  
གྱི་སྒྲོའི་མཁུན་ན་བདེན་གྲུབ་དམིགས་ལུལ་དུ་གནས་ལ། ཕྱིས་བདེན་མེད་  
རྟོགས་ཆེ་མི་གནས་པར་ཁས་མི་ལེན་ནམ། རང་གི་ཆོག་ལ་ཐལ་བ་མཚུངས་  
པའི་ལྷ་གཞོན་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པའི་མཁས་གཏམ་སྟོན་མེད་པའོ། །  
ཡང་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་སྒོ་ནས་ཞི་ལྷ་གཞི་གཟུང་འཛིན་རྒྱང་ཆད་དུ་སྒར་  
བ་རིམ་གྱིས་སྒྲུང་ནས་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པར་བཤད་པ་དེ།  
གཞན་དབང་རྒྱས་སུ་འདོད་མི་འདོད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་དཔུ་སེམས་སུས་ཀྱང་

གོ་རིམ་དེ་འདྲིའི་སྤྱི་བ་སྒྲུ་ཚུལ་ཙམ་གྱི་ནམ་བཞག་བྱ་རུང་མོད། ནམ་རིག་  
སྒྲུ་བ་ལྟར་ན་བདག་གཉིས་སྒྲུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་ཀུན་བདག་གིས་སྣང་བའི་  
གཞན་དབང་ཉིད་མཛོན་སྒྲུ་དུ་མཐོང་ཆོ། ཕྱོགས་ལྟ་བུའི་དགག་གཞིར་བུམ་  
མེད་མཐོང་བ་ལྟར་ཡོངས་གྲུབ་མཐོང་བ་ཡོད་དེ་རང་རིག་ཀྱང་འདོད་པས་  
དེ་ལྟར་སྤྲོད་མོད། ཁྱོད་གིས་ཟེར་བ་འདི་ལྟར་ན་ཕྱི་དོན་འདོད་ཅིང་རང་རིག་  
ཀྱང་མེད་ལ་སྣང་ཉིད་མེད་དགག་ཏུ་འདོད་པས། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྣང་  
སྒྲོང་བྱེད་གྱི་ལྟག་མཐོང་རྩང་ཟད་ཀྱང་མི་སྤྲོད་དེ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་དོན་  
ལ་ཐ་དད་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ཐ་དད་ལ་ཐ་མི་དད་དུ་སྣང་བ་ལོག་ཤེས་སུ་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒོ་དངོས་པོ་དང་། ཡུལ་མེད་དགག་  
དངོས་མེད་གཉིས་ནམ་ཡང་ཐ་མི་དད་མ་ཡིན་ལ། རྟོག་བཅས་གྱི་སྒོས་དངོས་  
མེད་དུ་འཛིན་པ་འདི་ཙམ་ལས་ལྟག་པའི་གཉིས་སྣང་མེད་པས་རྟོགས་ཚུལ་  
གཞན་མི་སྤྲོད་དེ། གཉིས་སྣང་ཕྱ་མོ་ལོག་པའི་ཆོ། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐ་  
དད་དུ་མི་སྣང་དགོས་ན། ཡང་ན་སྒོ་བཞིན་དུ་མེད་དགག་ཀྱང་དངོས་པོར་  
སྣང་བའོ། ཡང་ན་ཡུལ་ཅན་ཐམས་ཅད་མེད་དགག་སྣང་རྒྱུད་གི་ཐུགས་  
ཀར་ཐིམ་ནས་ཅི་ཡང་མི་སྣང་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་ན་སྒོ་ཡང་མེད་པས་མཆིལ་  
མའི་ཐལ་བ་བཞིན་དུ་འདོར་དགོས་པ་དང་། ཐར་འདོད་ལོག་ལམ་ལ་འཁྲིད་  
བའི་སྒྲོན། ཆོས་ཀུན་དང་མཐོང་བ་མཛོན་སྒྲུ་མེད་པར་འདོད་པས་རྒྱུང་འཕེན་  
ལས་ཀྱང་ཐ་ཆད་པ་ཞེས་གཞན་ལ་བརྗོད་པ་དེ་ཁྱོད་རང་ལ་འཁོར་བར་འགྱུར་

རོ། །དེས་ན་སྤོའི་མདུན་ན་དངོས་དངོས་མེད་གང་ཡང་མི་གནས་པར་མི་  
 འདོད་ན། དངོས་པོའམ་དངོས་མེད་གང་རུང་ངམ། གཉིས་ཀ་སྒྲུང་བ་གང་  
 ཡིན་ཞེས་ཁྱོད་ལ་འདྲི་ན་རི་ལྟར་ཁས་ལེན། དེའི་ཆོ་སྤོ་དེའི་རང་མི་རིག་ལ།  
 ཐ་སྙད་གྱི་ཆོས་གཞན་གང་ཡང་དེ་ལ་སྒྲུང་བ་མེད་པས་ཡུལ་མེད་དགག་འབའ་  
 ཞིག་རིག་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་མི་རིག་ན་ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཅི་ཞིག་རིག་ཅེས་  
 སོགས་གསུངས་པའི་སྒྲིབ་དང་། རིག་ན་དགག་གཞི་དང་དགག་བྱ་སྒྲུང་བ་  
 ལ་མི་སྟོས་པའི་མེད་དགག་ཡན་གར་བ་རིག་ཅིང་དེ་ཡང་གཉིས་སྒྲུང་མེད་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་མཛོན་སྒྲུམ་མཐོང་བ་འདི་ནི་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་མཐོང་བའི་གཉིས་སྒྲུང་  
 ལུ་ཚུལ་ཐར་འདོད་ལེགས་པའི་ལམ་དུ་འབྱིད་པའི་མཁས་གཉམ་སྒྲིབ་མེད་  
 ཡིན་པར་འདུག་པས། འདི་ལས་གཞན་དུ་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་ཚུལ་བཤད་པའི་  
 ལེགས་བཤད་ཐམས་ཅད་མཆིལ་མའི་ཐལ་བ་བཞིན་དོར་ཏེ་འདི་ཉིད་བཟུང་  
 བ་ས་ནས་སར་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་འཕེལ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་རྒྱ་བ་ཉ་གང་  
 བ་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་མཚུངས་མེད་ཐོབ་པར་གོར་མ་ཆག་པར་འདུག་གོ། དེས་  
 དངོས་དངོས་མེད་དུ་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་ཆོས་ཉིད་མཛོན་སྒྲུམ་མཐོང་བ་ལར་  
 ཞོག། རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་བཟོད་པ་ཅམ་ཡང་མི་འགྲུབ་པར་ཡུམ་ལས་གསུངས་  
 བ་ལྟར་རིགས་པས་གྲུབ་ཀྱང་ཉ་ཅང་སྒྲོས་ན་དུས་དབང་གིས་གཞན་དག་གི་  
 རོར་སྐང་ཞུགས་ཀྱིས་སྒྲུན་འབྱེན་སྒྲུབ་པར་གོ་བ་ལས་དངོས་དོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་  
 དབྱུང་པར་མི་འཛིན་པས་མ་སྒྲོས་སོ། །གལ་ཏེ་ཞི་གནས་ཀྱི་མཐུས་གཉིད་

ཐམ་ཐོམ་པའི་སྐབས་བཞིན་གཉིས་སྣང་དོས་མ་ཟིན་པ་ཙམ་གྱིས་ཅིར་ཡང་  
 མི་འཛིན་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་ན་ཡང་དེས་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཕྱོགས་སུ་མི་བྱིན་  
 པ་ནི་སྒྲོས་མ་དགོས་སོ། །དེས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་དངོས་དངོས་མེད་ཀྱི་མཐའ་  
 གང་དུ་འང་མ་ལྟར་བའི་ཆོས་དབྱིངས་སྒྲོས་བྲལ་དུ་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ལྷག་  
 མཐོང་དང་ཞིག་ནས་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་ལམ་དེ་གོམས་པས་གཉིས་སྣང་སྣང་  
 རུས་ཏེ། གཉིས་སྣང་ཡང་གཉིས་སྣང་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། གཉིས་སྣང་མེད་  
 པའི་ཆོས་དབྱིངས་མཛོན་སུ་རྟོགས་པའི་ཆེན་གནས་སྣང་མཐུན་པར་གྱུར་  
 བས་གཉིས་སྣང་ལྷོ་མོ་ཡང་མི་མངའ་བར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་འབའ་ཞིག་ཏུ་སྣང་  
 བ་ལས་གཞན་མེད་ཀྱང་། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་སམ་གཉིས་སྣང་མེད་  
 པའི་སྒྲོ་མེད་པ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡིན་ན་དམིགས་པ་མེད་པར་  
 ཞིབ་འཕང་སུ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། མོ་གཤམ་གྱི་བུ་དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཞི་  
 བའི་མཉམ་བཞག་ལ་གནས་ཟེར་བ་དང་འདྲ་བས་དེ་འདྲའི་ཁས་ལེན་བྱེད་  
 མཁན་སུ་ཡང་མེད་པས་ན། སྟོང་གྱིས་འདིར་ཕྱོགས་སུ་བཀོད་ནས་དེ་ལ་ལན་  
 བརྗོད་པ་ནི་རྣམ་འགྲེལ་དུ། ལྟར་སྣང་བཅས་སོགས་བཀོད་པ་དང་། །ལན་  
 བེ་འགྲེལ་མེད་བཞད་གང་དེ། །ཞེས་འགྲེལ་བྱེད་ཁ་ཅིག་གིས་དོགས་པ་འགྲེལ་  
 མེད་རང་གིས་བཀོད་ནས་ལན་འགྲེལ་མེད་རང་གིས་འདེབས་པ་བཞད་གང་  
 ཀྱི་གནས་སུ་བསྟན་པ་དང་འདྲ་བར། འདིར་ཡང་ཕྱོགས་སུ་འོ་འདོད་པ་ཕྱོགས་  
 ཙམ་ཡང་མ་གོ་བར་ཕ་རོལ་ལ་གཞོད་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་རུས་པའི་སུན་འབྱིན་

བརྗོད་པ་ནི། རྣམ་འགྲེལ་ལས། བརྗོད་བྱས་སྟོང་པ་བརྗོད་རྣམས་ཀྱི། འདི་  
 དེ་མི་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཁྱོད་རང་གི་སྒོ་གོས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་བསྟན་པ་ཙམ་དུ་ཟད་ཅིང་། །ཁ་ཏས་མི་གཙང་ཆོས་པའི་མཆུ། །ས་  
 གཙང་དག་ལ་འབད་དེ་ཕྱི། །ཞེས་པའི་དབེ་དང་མཚུངས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེས་  
 བསྟན་འཕྱོད་དེ་ལ་ལན་རྒྱུད་ཟད་བསྟན་མ་དགོས་པར་རྣམ་མེད་དུ་སྟངས་ཏོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་གནས་ལུགས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཆོས་དབྱིངས་དང་མཉམ་པ་ཉིད་  
 དུ་ཞུགས་པའི་ཡུལ་ཙན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་འདི་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་གཅིག་སུ་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་པས་མཐར་ཐུག་གི་ཐར་  
 པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་ཞིང་། ཚུལ་  
 དེ་ལ་ཐོས་པས་མ་སྒྲོམ་པས་རིམ་པར་ཞུགས་པ་ལས་གནས་སྐབས་ས་དང་  
 སའི་ཡོན་ཏན་གོང་དུ་འཕེལ་ནས་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་སྐྱབ་པ་ཉིག་  
 བ་བཞིན་དུ་ཕ་མཐས་དབེན་པའི་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པ་མེད་པ་ལ་མངའ་བརྟེས་  
 ཏོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་  
 ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱིས་ཀླས་པར་གསང་བ་གསུམ་ཀྱི་རོལ་པ་སྒྲུ་ཆོག་སུ་འཆར་  
 བ། ཏྲག་པ་དང་ཁྱབ་པ་དང་ལྟན་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིན་ལས་ཆེན་པོ་འཇུག་པ་  
 ནི། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལམ་དུ་བྱས་པའི་མཐུས། སྤྱིད་ཞི་མཉམ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་པའི་གནས་གྱུར་ཐོབ་པས་ཡིན་གྱི། སེམས་ཙན་  
 ཉི་ཆོ་བའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཐ་མལ་པའི་ཡུང་པོ་ལྷའི་རྒྱན་བྱམས་སོགས་



དམིགས་པ་ཅན་གྱིས་བགོས་པའི་གང་ཟག་རང་རྒྱད་པ་མང་ཐོས་དག་སྤོང་  
 ཞིག་ལས་ཅུང་དྲག་ཅམ་ཞིག་ཕྱོགས་དུས་རེས་འགའ་བ་ན་གནས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་དེ་འདྲ་ཞིག་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པ་  
 མེད་པ་དང་། སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་སོགས་  
 འབྲས་ཆོས་རྣམས་ཁ་ནས་བརྗོད་ཀྱང་དེའི་དོན་ཇི་བཞིན་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །དེས་ན་ཐར་འདོད་དག་གིས་ཟབ་མོ་མཐར་ཐུག་གི་དོན་མཆིལ་མའི་  
 ཐལ་བ་བཞིན་དུ་སྤངས་ནས་རྟོག་གའི་ལམ་ལ་སྤྱིང་པོར་བྱེད་པ་ནི། མདོ་ལས།  
 སྤྱིང་པོ་ཅན་ཀྱན་རྣམ་པར་སྤངས་ནས་ནི། །དད་པ་མེད་པས་སྤྱིགས་མ་འཛིན་  
 པར་བྱེད། །ཅིས་པ་ལྟར་དུས་དབང་གིས་བྱུང་བ་ལ་སྐྱ་ཞིག་གིས་དགག་པར་  
 སྤྱོད། དེའི་ཕྱིར་བྱམས་ཆོས་དང་རིགས་ཆོགས། ཆད་མ་སྡེ་བདུན་སོགས་  
 དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བརྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བཞིན་རྒྱལ་བའི་དགོངས་  
 པ་བདེ་སླག་ཏུ་རྟེན་ནས་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་པར་ཤར་བ་སོགས་  
 ཀྱི་བསྐྱགས་པ་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་དེ་དག་སྤྱི་ལུགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་ཐར་འདོད་  
 དག་གི་འཇུག་དོགས་སྤྱོད་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་གྲོལ་གྱི་ལམ་དོན་  
 གཉེར་གཙོ་པོར་བྱ་དགོས་ཀྱི་ཞེན་ལྟས་ནི་ཅིར་ཡང་མི་འགྱུར་བས་བདག་ལེགས་  
 སྐྱ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་བསམ་དགོས་སོ། །སུན་འབྱེན་རབ་ནི་  
 ལན་གྱིས་བསྐྱོག་མི་ལུས། །མ་བསྐྱོག་དོགས་པ་སྤྱིང་ལུས་དེ་ཡང་འབྱིང་། །  
 ལན་མི་དགོས་པ་སུན་འབྱེན་ཐ་ཆད་ཡིན། །པ་རོལ་སྤོ་ལུས་བསྟན་ནས་རང་

སང་ཡལ། ཆོས་ཀྱན་མ་སྐྱེས་ཆུ་ཟླ་ལྷ་བྱ་དང་། ཆོག་རྣམས་བྲག་ཆ་འཕྲོ་  
ཞེས་གསུངས་བཞིན། བརྗོད་བྱས་སྟོང་པ་བྲག་ཆའི་སྒྲ་འདི་ཡང་། ཡན་  
གཞོད་མེད་པ་རང་སང་རང་གོལ་གྱུར། ཞེས་ཀྱང་སྒྲས་སོ། །  
སྒྲར་ཡང་ཚུད་ཡིག་རྒྱ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པས་ལྷག་མེད་ནས་བཅ་རིག་རྒྱན་ཆད་  
པར་འདོད་པ་རྒྱན་སྒྲར་སྐྱེས་སྒྲ་རིགས་པ་ལྷས་བཀག་མོད། བྱེད་ཅག་གིས་  
སངས་རྒྱས་མ་ཐག་བཅ་རིག་བྲལ་ཏེ། མི་དམིགས་པའི་དབྱིངས་སྒྲ་འཕྲོ་པ་  
ཐེབས་ཟེར་བ་ལྷར་ན། བརྗོད་པ་བྲག་པོས་ཉིན་མཚན་ཀུན་རྒྱ་འབད་པར་  
རིགས་ཏེ། ཀུན་གཞི་སྐྱེས་རྣམ་ཤེས་རྒྱན་བརྟན་པ་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་སྐྱེས་  
སྒྲ་ལྷར་ན་མ་ལེགས་པས། བྱེད་ཅག་གིས་རྣམ་རྟོག་འབྲུལ་གྱི་གྲུབ་མཐའི་  
རྒྱ་སྒྲར་ལེགས་བཤད་ཉི་མའི་འོད་གྱིས་འཛིག་པར་དོགས་སོ། །འདི་སྒྲ་ད་དུ།  
བརྟན་པ་རྣམ་ཤེས་ལུང་པོ་དང་བྲལ་བའི། ལྷག་མར་ལུས་པའི་མིང་དེ་ཅི་ཞེས་  
སྒྲོས། ཡེ་ཤེས་རང་མདངས་མཚན་དཔེའི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲ། ཡིད་འཕྲོག་བརྟ་  
བལྟ་པས་ཆོག་མི་ཤེས། སྒོ་རྒྱུང་སྒོ་ཡི་འབད་པ་བརྒྱ་ཐག་གིས། ཁོར་འབྲུལ་  
ཁོར་བྱ་འཛིང་བྱར་ཆགས་ན་ཡང་། ཀུན་གསལ་ཀུན་ནས་སྒྲུང་དོར་བྱེད་པའི་  
མིག སྒྲུང་དོར་སྒྲུང་བ་འགལ་བའི་དེ་ཉིད་རིག ཅིས་སྒྲས་སོ་ཞེས་ཟེར། དེ་  
ལ་ལན་བརྗོད་པ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པས་ལྷག་མེད་དུ་ལུང་ལྷ་རྒྱན་ཆད་པར་འདོད་  
ཀྱང་རིགས་པས་དབྱུང་ན་རྒྱན་མི་འཆད་པར་གྲུབ་པ་བདག་ཅག་གིས་ཀྱང་  
འདོད་ལ། སངས་རྒྱས་མ་ཐག་བཅ་རིག་བྲལ་ཏེ་མི་དམིགས་པའི་དབྱིངས་

སྤྱུལ་ཆད་པ་བདག་ཅག་གི་གཞུང་གང་ལས་ཀྱང་མ་བཤད་ལ་སེམས་སེམས་  
 བྱུང་གི་རྒྱ་བ་ལོག་པར་བཤད་མོད། གཟུང་འཛིན་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་  
 སེམས་བྱུང་གི་རྒྱ་བ་ལོག་ཀྱང་གཉིས་སྤྱང་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་གང་ཞིག་  
 སེམས་སེམས་བྱུང་གཉིས་སྤྱང་ཅན་གྱིས་ཡུལ་གཞལ་ཚུལ་དེ་ལས་ཆེས་འཕགས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་རྟོག་གིས་བསམ་པར་དཀའ་བ་ཡོད་པར་འདོད་པས། ཐ་མལ་  
 པའི་བརྟེན་པ་རྣམ་ཤེས་སྤང་པོ་མེ་བྱེད་ལྟ་བུ་མེད་དུ་བྱིན་ཀྱང་། དེ་ལས་ཆེས་  
 ལྷག་པའི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ་ཅིག་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཅིང་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་  
 པར་མཁྱེན་རུས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིན་མོར་བྱེད་པ་འབུམ་གྱི་སྣང་བས་ཀྱང་འགྲན་  
 པར་མི་བཟོད་པ་ཡོད་པར་འདོད་ན། རྣམ་ཤེས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་  
 རྟོགས་ཅིམ་མི་ཤེས་པར་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་འཆིང་བུ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁོར་བུར་རེ་བ་  
 དག་གིས་འབད་པ་བརྒྱ་བས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་བུ་སྟོན། སྟོབ་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་ཆོག་ཅིམ་ལས་དོན་རི་  
 བཞིན་ངེས་མི་རུས་སོ། །འོན་རྣམ་ཤེས་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་རི་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ཅན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་  
 ཡུལ་ཉི་ཆོ་བ་ལ་གནས་པ་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དེ་ལས་བསྐྱོད་ཀྱི། མཐར་  
 སྐྱུལ་གི་ཡེ་ཤེས་ནི་དབྱིངས་རིག་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་བདག་ཉིད་གཟུང་འཛིན་  
 གྱི་རྣམ་རྟོག་དང་བྲལ་ཡང་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་མ་གཏོས་བཞིན་  
 དུ་ཤེས་བྱ་མ་འདྲེས་པར་གསལ་བ་རྟོག་གའི་སྟོང་ཡུལ་ལས་འདས་པ་སྟེ། ལྷག་

ཆས་ཁྱེན་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་ལྷའི་རྣམ་གངས་སྤྱུག་སྤྱུངས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་འདོད་ཅིང་།  
 དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྤྱོད་པ་མཐར་ཐུག་པ་ཐོབ་པའི་ཆེ་མེས་སེམས་བྱུང་གི་རྒྱ་  
 བ་ལྟོག་པར་འདོད་དེ། འཇུག་པ་རང་འགེལ་དུ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ནི་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་  
 སྤྱིར། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་པའི་རྒྱ་བ་གཏན་ལོག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་སེམས་བྱུང་ལོག་པས་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཐོབ་པ་  
 དང་། ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཐོབ་པས་སེམས་སེམས་བྱུང་ལྟོག་པ་གཉིས་འགལ་  
 མེད་དུ་གོ་བྱས་ཀྱི། སེམས་སེམས་བྱུང་ཐ་མལ་པ་མ་ལོག་ན་བདག་དང་གཞན་  
 དང་སྤྱིད་དང་ནི་བ་སོགས་ལ་ཐ་དད་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། ཆོར་བ་སོགས་སྟེ་  
 བ་ཅི་ཞིག་གིས་འགོག་སྟེ། རྒྱུན་བཞི་ཆང་བས་འབྲས་སུ་ལྟོག་བྱེད་མེད་ལ།  
 དེ་འདྲའི་སྟོ་ནི་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་ལ་གཞལ་བྱས་  
 པ་དང་། དེ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་། དེ་ནི་དེ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་  
 མི་གཡོ་བར་རྟག་ཏུ་མཉམ་བར་བཞག་པ་དག་གྱང་རི་ལྟར་སྤྱིད་དེ་སྦྱབ་བྱེད་  
 མནའ་ཆུ་བཏུང་བ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རྟག་ཏུ་མཉམ་པར་  
 བཞག་པ་ལས་མ་གཡོས་བཞིན་དུ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཐ་མལ་པའི་སེམས་དང་ཆབ་སྐྱོན་དུ་མི་རུང་བའི་བདག་ཉིད། དུས་འཁོར་དུ།  
 ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་གཅིག་པའི་སྟེ། ཞེས་དང་། ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་རོ་གཅིག་  
 པ་། །མཁའ་བྱུང་མཁའ་ཡི་རྩོ་རྩེ་ཅན། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། མདོ་རྣམས་

ལས་ཀྱང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་། རྟོ་རྟེན་སྐྱེ་དང་།  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བའི་སྐྱེ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། འོ་  
 བ་ཟག་མེད་ཀྱི་སྤེལ་ཆོན་སོགས་བཤད་པའི་སྐྱབས་སུ། དྲན་པ་ཉེར་བཞག་  
 བཞི་ལ་སོགས་པ་སེམས་སེམས་བྱུང་གི་མིང་གིས་བསྟན་པ་འདི་སྟེན་སངས་  
 རྒྱས་ལ་མི་མངའ་བ་ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་ན།  
 དེ་དག་སེམས་སེམས་བྱུང་གི་མིང་གིས་བསྟན་པ་ལྟར་ཐ་སྟོན་འདོགས་དགོས་  
 ཀྱང་རྣམ་རྟོག་མི་མངའ་ཅིར་ཡང་ས་ལེར་མཐུན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱིས་མཐུན་ཚུལ་ཐུན་མོང་མིན་པ་ཡིན་གྱི་འཕགས་པ་སྟོབ་པ་དག་གི་  
 མཐུན་ཚུལ་དང་ཡང་མི་འདྲ་ན། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཀྱིས་ཤེས་  
 ཚུལ་དང་ག་ལ་འདྲ། དེས་ན་རྟོག་བཅས་ཀྱི་སེམས་སམ་སེམས་རགས་པ་  
 རྟོག་ཅེས་པ་ཅམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ངོས་མི་ཟིན་ཏེ། སེམས་  
 མ་ལོག་ན་རྟོག་བཅས་ཀྱང་ཡོད་པར་འཐད་དེ། སེམས་ཅན་རྣམས་དང་འདྲ་  
 བ་ཆོས་སྟོན་པའི་ཀུན་སྟོང་དུ་དེ་མེད་མི་རུང་བ་དང་། སེམས་རགས་པ་ཞེས་  
 བའང་ཅི་ལ་བརྟུན་ཀྱང་དེ་འཐད་ལྟར་དུ་གོ་མི་རུས་སོ། །ངེས་ན་ཀུན་གཞི་དང་  
 རྣམ་ཤེས་བཞི་བོ་གནས་སྐྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་འདོད་དགོས་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 གཞུང་མདོ་རྒྱགས་ཀུན་མཐུན་ལ། དེ་ལྟར་སེམས་དེ་དག་གནས་སྐྱུར་པའི་  
 ཆོ་རྒྱལ་བརྟན་མི་བརྟན་ཞེས་བྱུང་པར་བྱེད་མི་དགོས་ཏེ། རྒྱུད་བརྟན་པ་ཀུན་  
 གཞིའི་རྣམ་ཤེས་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་དང་། གཞན་ཉོན་ཡིད་མཉམ་ཉིད། ཡིད་

སོར་རྟེན། སྒོ་ལྔ་བྱ་བ། ཀུན་གཞི་ཚུལ་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་སྤྱུ་འགྱུར་བར་  
གསུངས་པ། བདག་ཅག་གི་ལྷགས་ལ་མ་ལེགས་པ་མེད་པར་མ་ཟད་ལེགས་  
པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །སེམས་མི་ལྷོག་པར་འདོད་པ་དེ་དག་གི་ལྷགས་ལ་  
ནི་མ་ལེགས་ཏེ་དུང་སེམས་གནས་མ་གྱུར་པར་འདོད་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
དེས་ན་ས་བོན་ལྷ་གྱུར་གནས་གྱུར་པ་ཞེས་ཐ་སྙད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོན་ལྷ་གྱུར་  
གྱུར་པའི་དུས་ན་ས་བོན་འགག་ཅེས་བརྗོད་པ་འཐད་ལ། ས་བོན་མ་འགག་  
པར་ཡོད་ཅེས་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པ་དང་། གསེར་འགྱུར་  
གྱི་ཅིས་ལྷགས་གསེར་དུ་གྱུར་པའི་ཆོན་གསེར་འབའ་ཞིག་དུ་སྤྲང་གི་དུང་  
ལྷགས་ཡོད་ན་གསེར་དུ་མ་གྱུར་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་འདྲའི་ཡེ་  
ཤེས་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའ་འི་མིན་དུ་རྟེན་ཅིང་རྒྱན་མི་འཆད་པ་ཡིན་གྱི། དེམ་  
རིག་བུལ་ཏེ་མི་དམིགས་པའི་དབྱིངས་སྤྱུ་འཕྲོ་བ་ཐེབས་ཟེར་བ་ལྟར་མ་སོང་  
སྟེ། བདག་ཅག་གི་ལྷགས་ལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱང་ནམ་ཀུན་མཚོག་ལྷན་གྱི་  
སྤྱོད་ཉིད་དུས་གསུམ་དུ་འཕྲེལ་འབྱེམ་མེད་པ་ཡིན་པ་དེའི་ངང་དུ་མཉམ་པ་ཉིད་  
དུ་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡང་རིག་སྤྱོད་ཟུང་འཇུག་ཡིན་པས། གཉིས་སྤྱང་གི་  
བག་ཆགས་ཟད་ཆོ་སོ་སོ་མ་ཡིན་ཐ་མི་དད་པའི་དག་པ་གཉིས་ལྷན་གྱི་འགོག་  
བདེན་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཁྱེད་ལྟར་ན་ཟག་མེད་ཀྱི་དབྱིངས་ནི་མེད་དགག་འབའ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའི་  
དབྱིངས་སྤྱུ་ལྷ་དན་ལས་འདས་པ་ནམས་ནི་མི་དམིགས་པའི་དབྱིངས་སྤྱུ་འཕྲོ་

བ་ཐེབས་ཟེར་བ་ལྟར་སོང་བས། རྣམ་རྟོག་གི་གྲུབ་མཐའི་རྒྱ་སྐར་ལེགས་  
 བཤད་ཉི་འོད་ཀྱིས་འཛིག་པར་དོགས་པ་སྦྱེ་བ་ནི་བདེན་ནོ། །ཁྱེད་ཀྱི་ཆོག་ས་  
 བཅད་དེར་ཡང་། རྣམ་ཤེས་རང་མདངས་མཆོན་དཔའི་གདོས་བཅས་སྟུ། །  
 ཞེས་བསྐྱར་ན་ཁྱེད་ཅག་གི་ལུགས་ལ་བདེ་བར་སྣང་ངོ་། །  
 གཟུང་འཛིན་ཀྱང་རྟོག་དབྱིངས་སུ་རྩལ་པ་ལས། །གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཆེན་  
 པོའི་རང་མདངས་ནི། །ཡིད་འཕྲོག་གཟུགས་སྟེ་ཉི་མ་བརྒྱ་བའི་དཔལ། །  
 མཐའ་ཡས་སྦྱེ་དགའི་སྣང་ངོར་འབད་མེད་སྟོན། །དག་པའི་སྒྲས་རྣམས་ཀྱིས་  
 གྲང་གཞལ་དགའ་བའི། །བསམ་མེད་མཉམ་མེད་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་  
 བ། །རྒྱལ་བའི་ཡུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་དད་པ་ནི། །ཟབ་མོའི་སྒྲོ་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་  
 རོར་མཆོག་ཉིད། །ཐོག་མེད་གོམས་པ་སྤྱིད་པའི་སྒྲག་ཆེན་པོ། །ཟབ་དོན་  
 མན་ངག་སྣང་བས་རབ་བསལ་ན། །ཐེག་མཆོག་ཆོས་ཀྱི་ཡ་མཆོན་སྣང་བ་  
 བརྒྱ། །འགལ་མེད་མཐོང་བའི་དགའ་སྟོན་ཅིར་ཡང་ཅེན། །བདག་དང་གཞན་  
 ཀྱི་ལུགས་ཞེས་ཐ་སྟད་ཅམ། །ཆགས་དང་སྣང་བའི་འདུ་ཤེས་དེས་ཅི་བྱ། །  
 ཐེག་མཆོག་དམ་པའི་ཆོས་དང་འཕྲད་དགའ་བས། །རྒྱལ་བཞིན་ནན་ཏན་  
 སྤྱིང་པོར་བྱས་ན་ལེགས་ཞེས་སྒྲས་སོ། །ཡང་ཅོད་ཡིག་ཏུ། །ཡོད་དགོས་པ་  
 བདེན་གཉིས་མེད་ཅིང་། མེད་དགོས་པ་ཀྱང་གཞི་དང་རང་རིག་ཡོད་ཟེར་  
 བ་ལ། །འོན་ཏེན་ཐོས་སྡེ་བས་གྲང་ཀྱང་གཞི་འདོད་པར་ཐལ། །དེར་གྲགས་  
 པའི་ལུང་དུ། །སྦྱེ་དགའ་ཀྱང་གཞི་ལ་དགའ་བ་ཞེས་སོགས་སྣང་བའི་ཕྱིར། རྣམ་

ཤེས་གངས་མང་ཉུང་འདོད་པའི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་ཐལ། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
ཀུན་གཞི་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་ན་གིང་རྟ་ཆེན་པོ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་སྒྲེར།  
ཀུན་གཞི་འདོད་ན་གཟུགས་མེད་དུ་འགོག་སྒྲུམས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། མི་  
འདོད་ན་མི་བྱེད་པར་འདོད་པའི་རྣམ་པའི་གཉིས་གསུངས་པ་མི་འཐད་པར་  
ཐལ། མི་འདོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། རོན་གསལ་དུ་རྟེན་ཉེར་ལྟ་དང་ཉེར་དུག་  
གི་ཞིབ་ཆ་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །འཇུག་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་  
ཐོག་མར་ཀུན་གཞི་ལ་སོགས་པས་སྒྲེགས་ཀྱི་ལུགས་བསལ་ནས་དེ་དག་  
གི་དོན་ཆེན་པོ་འདྲེན་པར་འགྱུར་ཞིང་། ཕྱི་ནས་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པར་རིག་པ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱིས་དེ་དག་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བས་ཡོན་  
ཏན་ཁོ་ན་འབྱུང་གི་སྒྲིབ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། ཀུན་གཞི་དང་རང་རྒྱ་  
ཐུབ་པའི་བདག་སྒྲིབ་པ་ཐུང་པོ་ལྟ་ནི་ཁུར་རོ་སོགས་ཀྱི་མདོ་དྲངས་ནས། འདི་  
དག་ཐམས་ཅད་ནི་དགོངས་པའི་དབང་གིས་གསུངས་པ་སྟེ། དགོངས་པ་  
བཤད་པ། ཀུན་གཞི་ཡོད་ཅིང་ཞེས་ཅུ་བ་དྲངས་པས། བྱིད་ཅག་ལྟར་ན་མདོ་  
ཕྱི་མའི་སྒྲིབ་ཟེན་སེམས་ཅམ་པས་ཁས་ལེན་པར་འགྱུར་ན་དེ་གཞུག་པ་ལྟམ་  
དགོངས་སུ་བཤད་པར་འགལ་ལོ། །རང་རིག་གྱང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདོད་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་དུ། དེ་ལྟར་སྒྲོ་ལ་སྒྲོ་འདོད་ན། །ཞེས་གསུངས་  
གིང་། འཇུག་འགྲེལ་དུ། སྤྱིང་རྩལ་ལ་ལུགས་གསུམ་ཡོད་པ་ལྟར་དབུ་མ་  
རྒྱན་དུ་འདར་གསུངས་ལ། གཞན་སྤྱིང་འདོད་པ་དང་། རང་སྤྱིང་འདོད་པའི་



ཚུལ་ཡང་གཉིས་རེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱམས་སྤྱོད་པའི་དགྲིལ་  
 འཁོར་དུ་གྲགས་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱུད་སྟོང་དབྱིངས་ཀྱི་ར་རོ་བྱེད་  
 མོ་སྟེ། དབེན་པའི་རི་སྒུལ་ཀྱན་དུ་གྲགས་པའི་གཏམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 སྤྱོད་པ་ལ་ལན་བརྟོན་པ། ཡོད་དགོས་པ་བདེན་གཉིས་མེད་ཅེས་སྤྱོད་པ།  
 མཐར་ཐུག་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་མ་གྲུབ་ན་གནས་ལུགས་རྣམ་ཀྱན་མཆོག་  
 ལྟན་གྱི་ཆོས་དབྱིངས་ཤེས་མི་རུས་པས་དེ་ལྟར་རྒྱུ་བ་བརྒྱུད་པར་བཅས་པས་  
 གསུངས། མེད་དགོས་པའི་ཀྱན་གཞི་ཟེར་གྲང་། མདོ་དང་སྤྲུགས་པ་ལ་  
 མོ་ཆེར་སྣང་བ་མེས་སྤྱོད་པ་རྒྱུ་བ་ན་ཀྱན་གཞི་དགོས་ཤིང་ཁྱོད་ཀྱིས་གྲང་རྒྱུན་  
 བརྟན་པ་ཀྱན་གཞི་ལྷན་ཤེས་མེ་ཡོད་ཡོད་ཤེས་སྤྱོད་པ་གནས་གྲུབ་པ་ལེགས་པའི་  
 རྟོགས་སྤྱོད་པས་མ་གྲུངས་སམ། དེ་བཞིན་དུ་ཐ་སྟོན་དུ་རང་རིག་མེད་མི་རུང་  
 བར་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་རྒྱ་ཆེར་བརྒྱབ་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་  
 གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱན་གཞི་དང་རང་རིག་འདོད་ཅེས་མ་སྤྱོད་ཏེ།  
 དེ་གཉིས་འདོད་མི་འདོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ཐ་དད་ཡོད་པ་སྤྱོད་མ་དགོས་སོ། །  
 འོན་ཀྱང་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདོད་རུང་མ་འདོད་རུང་། དེ་  
 གཉིས་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་མེད་པ་འབའ་ཞིག་སྤྱོད་པ་མི་རུས་  
 ཞེས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཉན་ཐོས་སྟེ་པ་ལ་གྲགས་པའི་སྟེ་དགུ་ཀྱན་  
 གཞི་ལ་དགའ་བ་སོགས་ཀྱི་ལུང་མང་པོས་དེ་དང་དེ་དག་གི་གཞུང་དུ་ཡང་  
 ཀྱན་གཞི་མ་བརྟན་པ་མིན་ཞེས་ཤིང་རྟོག་པོ་ཐོགས་མེད་ཞབས་ཀྱིས་ཐེག་

བསྐྱུས་སུ་གསུངས་པ་དག་ནི་ཀུན་གཞི་ཁས་མི་ལེན་པ་ལ། སོ་སོའི་ལུང་ལས་  
ཀྱང་། ཀུན་གཞི་བསྟན་པའི་ལུང་ཁྲུངས་སུ་དངས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ཀྱང་།  
ཉན་ཐོས་པའི་ཀུན་གཞི་ཁས་ལེན་པའི་ལུང་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། ཁས་ལེན་ན་  
ལུང་གིས་བསྐྱབས་ཀྱང་མ་དགོས་སོ། སྤྱིད་ཅེར་འགོག་སྟོམས་མཛོན་དུ་བྱེད་  
མི་བྱེད་ཀུན་གཞི་འདོད་མི་འདོད་ཀྱི་ལུགས་གཉིས་གསུངས་པའང་དེ་ལྟར་  
ཏེ་ཀུན་གཞི་འདོད་མི་འདོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་པ་ཡོད་པར་གྱུར་པ་ནི་གྲུབ་  
ཟིན་བསྐྱབ་མི་དགོས་སོ། འོན་གསང་ལས་ཞིབ་ཆ་མཛད་པའང་དེ་དང་  
འདྲའོ། འདྲེ་ལྟར་ཀུན་གཞི་དང་རང་རིག་འདོད་མི་འདོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ཐ་  
དད་ཡོད་པ་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་ངོར་གྲུབ་པས་སྐྱབ་པ་དེ་ལ་དོན་མེད་དོ། །  
རང་རིག་འདོད་མི་འདོད་ཡོད་ཀྱང་། རྣམ་འགྲེལ་ནི་རང་རིག་འདོད་པའི་  
གཞུང་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེར། དེ་ལྟར་སྒོ་ལ་སྒོ་འདོད་ན། སྒོ་ནི་རང་ཉིད་རིག་  
པར་གྲུབ། ཅིས་སོགས་གསུངས་པས་རང་རིག་མི་འདོད་པའི་ལུང་དུ་མི་  
འགྱུར་རོ། །རང་ཚུང་གཞན་ཚུང་སོགས་དབྱེ་སྟོ་ཅམ་ཡོད་པ་དེར་ཟད་ལ།  
མཁས་པའི་ཚོགས་སུ་གྲགས་ཀྱི་དབེན་པར་མ་གྲགས་ཞེས་སོགས་དོན་མེད་  
ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཅམ་སྟེ། འདི་འདྲ་ཕན་བྱེད་གཞོད་བྱེད་ཅིང་ཡང་མི་འགྱུར་བས་མ་  
སྟོས་སོ། ཀུན་གཞི་མེད་པར་བཀག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དོན་དམ་པར་བཀག་  
གི་ཐ་སྟོན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ཅུང་ཡིག་ཏུ། དོན་མེད་པར་གོ་ལོག་གིས་རང་ལུང་པར་མ་ཟད་གཞན་

མུང་དུ་འཇུག་ཏུ། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གྱི་བྱེད་བྱ་ག་  
 ཡིན་པར་གོ་དགོས་ཟེར། ཁྱེད་ཀྱིས་སྡོན་མ་བྱུང་བ་ཅི་ཞིག་གོ་བྱུང་། ཁྱེད་རང་  
 གང་ཟག་གི་བདག་ཡིན་པར་མཐུན་ནམ། འོན་ཀྱང་འདི་ལྟར། བུམ་པ་རྟག་  
 གཅིག་རང་དབང་ཅན་དུ་འཛིན་པའི་སློབ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་དང་སྟེན་བྱ་དེར་  
 འཛིན་པའི་སློབ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དུ་ཐལ་ཞིང་། དྲི་རོ་གཉིས་ཀྱང་  
 གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆོད་དང་། མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 དང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པར་ཐལ་ལོ། །རང་རྒྱུད་  
 པའི་ལུགས་ལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྤྱང་བྱའི་གཙོ་བོར་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་དང་།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱང་བྱའི་གཙོ་བོ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དུ་ཁས་ལོངས་ལ།  
 སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་མ་འདྲེས་པའི་རིམ་བསྐྱབས་ཏུ། རྣམ་དག་གྲུབ་མཐའ་  
 འོ་མའི་རྒྱ་མཆོ་ལ་ལོག་རྟོག་གི་རྒྱའི་ཟེགས་མ་འཐོར་བའི་སྒྲིང་ཁམས་དེ་  
 འདྲ་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་ལན་བརྟན་པ། སྐབས་འདི་ནི། ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡོད་པའོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་པས་ཡོད་པའོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་དང་ཚུལ་འདྲ་བར་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་བསམ་པའི་དབང་གིས་  
 འཛིན་མཆོམས་ཀྱི་གོ་ཚུལ་ཡིན་པས་འགལ་བ་མེད་དེ། གང་ཟག་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་དེའི་བདག་འཛིན་དུ་བྱས་ནས། དེ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་  
 གཞན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་དུ་བརྗོད་པ་  
 སྐབས་འདི་དེ་དོན་ཡིན་ལ། དེའི་དབང་དུ་བྱས་ན། བདག་འཛིན་དང་པོ་དེ་

ཕྱི་མའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པར་འདོད་མི་རིགས་པ་ནི་བདེན་ཀྱང་། སྤྱིར་གང་ཟག་  
ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་མ་ཡིན་པ་མི་རུང་བས་ན། དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་འཛིན་པ་  
གང་གིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་ཀྱང་། ཕྱི་མའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པ་ལས་ཀྱང་འདའ་མ་  
དགོས་ཏེ། ཤིང་གི་བྱེ་བྲག་ལྷག་པ་དམིགས་གྱིས་བསལ་ནས་དེ་དང་། དེ་  
མ་ཡིན་པའི་ཤིང་འཛིན་ཞེས་བརྗོད་འདོད་གྱིས་གཉིས་སུ་བྱས་པའི་འཛིན་  
པ་སྐྱ་མ་ཕྱི་མའི་བྱེ་བྲག་མིན་ཀྱང་། སྤྱིར་ལྷག་འཛིན་ཤིང་འཛིན་གྱི་བྱེ་བྲག་  
ཡིན་པ་མི་འགལ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་གང་ཟག་ཅེས་པའི་སྒྲ་དེ་ཡང་གང་  
ཟག་ཅུམ་དང་། གང་ཟག་གཞན་དང་། ང་ཞེས་དམིགས་ནས་དེ་དག་བདེན་  
ཡོད་དུ་འཛིན་པ་གསུམ་ཀར་གོ་རུང་བས། འཛིན་ལྟས་ཞེན་ཡུལ་དེ་རང་བཞིན་  
གྱི་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ཁོ་ན་བདག་འཛིན་སྐྱ་མ་ཡིན་ན། གཞན་གཉིས་ཕྱི་  
མའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་ཡང་འགོ་ལ། འཛིན་ལྟས་ཞེན་ཡུལ་བདེན་འཛིན་ཀྱང་སྤྱིར་  
ཕྱི་མའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་རུང་བ་སྐྱར་བཞིན་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་ཅེས་འབུལ་  
འཛིན་གྱི་ཞེན་ཡུལ་དེ་ཤེས་བྱ་དང་གཞལ་བྱ་མིན་པར་མ་སོང་བ་དེ་སྤྱིད་དུ་  
བུམ་སྒྲ་འགྲེང་གི་མདུང་ཐུང་གི་དཔེ་ལྟར་སོང་བས་རིགས་པ་གང་བསྟན་ཀྱང་  
དེ་ལྟར་ལན་སྟོན་ནུས་སོ། །དེས་ན་ས་བོན་དེ་ལྷ་གྲུ་ལ་ལྟོས་ནས་འབས་བུ་  
མ་ཡིན་ཡང་། སྤྱིར་འབས་བུ་ཡིན་པ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པས། དེ་ལྟར་བདག་  
འཛིན་གཉིས་པོ་དམིགས་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཅུམ་ལས་ཆོས་སུ་མཚུངས་ཤིང་། དེ་  
དག་རང་གི་ངོ་བོ་དབྱུང་བཟོད་དུ་མེད་པ་གོ་ན་དེར་འཛིན་ལྷག་ཚུལ་བསྟན་

པས། བདག་འཛིན་བྱི་མ་ལྔ་མའི་གཞི་དང་རྒྱུ་མི་དགོས་ལ། དེ་གཉིས་ལ་  
 དགག་བྱ་སྤྱོད་རགས་ཀྱང་མེད་པས། སྤྱོད་པས་འདིར་གྲག་བཅེད་པར་ཁེགས་  
 ཀྱང་ཤིང་མེད་པར་ཁེགས་མི་དགོས་པ་ལྟར་གོ་བས་དོན་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་ཁྱོད་རང་གང་ཟག་གི་བདག་ཡིན་པར་གོ་ལམ་ཞེས་པ་གོ་དགོས་རྒྱུ་  
 རམས་ལེན་ཅི་ཡང་མི་འདུག་ཀྱང་། བདག་འཛིན་གཉིས་པོ་ཡན་ཚུན་མ་འབྲེས་  
 པ་སོ་སོར་འདོད་དགོས་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དེ་འཛིན་  
 པ་གཉིས་ཀའི་གཞི་མཐུན་དུ་ལས་སྤངས་པས་ཡན་ཚུན་འཆོལ་བར་གྱུར་པ་  
 དེ་ཙམ་ལ་བསམ་ནས་ཐལ་བ་ཐམས་ཅད་བརྟོག་པ་ནི་གནོད་པ་འབབ་པའི་  
 རྒྱུ་མཚན་གང་ཡང་གོ་རྒྱུ་མེད་པའི་ཐལ་བ་འབྲེལ་མེད་བརྟེན་པས་ཙམ་ཞེས་  
 རྟོ། བདག་འཛིན་གཉིས་པོའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་མེད་སྒྱིར་བཏང་དང་དམིགས་  
 བསལ་གྱི་བྱུང་བྱེས་ནས་བསམ་ཚུལ་ཐ་དད་པས་སྒྲོན་དེ་དག་མི་འཇུག་པར་  
 མཐོང་ངོ་། །བདག་ཅག་གིས་གང་ཟག་གི་བདག་གི་མཚན་གཞིར་ཀུན་གཞི་  
 དང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལས་ལེན་པ་ཞེས་ན་དེ་ལྟར་སྤྱོད་རིགས་སོ། །དྲག་གཅིག་  
 རང་དབང་ཅན་ཞེས་པ་བྱུང་གཞི་བུམ་པ་ལ་སྦྱར་ན་དེར་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་བདག་  
 འཛིན་ཀུན་བརྟགས་དང་། གང་ཟག་གམ་སྒྲེས་བུ་ལ་སྦྱར་ན་དེ་ལྟར་འཛིན་  
 པ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཀུན་བརྟགས་སུ་ཐལ་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་དང་།  
 དྲི་རོ་གཉིས་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆོད་དང་། མིག་ཤེས་ཡིད་ཤེས་སུ་གྱུར་པ་དང་།  
 ཡིད་ཤེས་དབང་ཤེས་སུ་ཐལ་ཞེས་པ། བདག་འཛིན་གྱི་བྱེ་བྲག་ཆོས་དང་གང་

ཟག་གི་བདག་འཛིན་གཉིས་ཀ་ཕན་ཚུན་འཚོལ་ན། བྱེ་བྲག་གི་རིགས་ཐམས་  
ཅད་ནང་ཕན་ཚུན་འཚོལ་བར་ཐལ་ཞེས་འཕེན་པ་ཅམ་ལས་ཅི་ཡང་གོ་རྒྱ་མི་  
སྣང་ལ། བདག་འཛིན་གཉིས་ཀ་ཕན་ཚུན་འཚོལ་བར་ཁས་སྤང་བའང་མ་  
ཡིན་ཏེ། ཤ་བ་ཤིང་དུ་ཁས་སྤངས་ཀྱང་ཤིང་ཐམས་ཅད་ཤ་བར་ཁས་མ་སྤངས་  
བ་བཞིན་ནོ། །དེར་མ་ཟད་ཡིན་ཁྱབ་མཉམ་གྱི་ཚེས་དུ་མ་ཁས་སྤངས་ཀྱང་།  
ཚེས་ཐམས་ཅད་ཕན་ཚུན་ཡིན་ཁྱབ་མཉམ་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། འདི་  
འདྲའི་ཐལ་བ་འདི་ལ་ཐལ་བ་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པ་འདི་ཅམ་  
ཡིན་ན་ནི་སློ་ཤིན་ཏུ་རྩིང་བའི་ཁ་ཕྲལ་ཅམ་ལས་སུས་བལྟས་ཀྱང་གོ་རྒྱ་གཞན་  
མི་འདུག་ལ། རྒྱ་མཚན་གཞན་ཡོད་ན། དེ་ཉིད་ཁྱད་པར་བཟོད་པར་གྱིས་  
ཞེས་བ་ལྟར་བཟོད་དགོས་ན་འང་དེ་ལྟར་བཟོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་  
རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ། ཉན་ཐོས་བྱང་སེམས་གཉིས་ཀའི་སྤང་བྱའི་གཙོ་བོ་གོ་  
ལྟོག་ཏུ་ཁས་ལོངས་ལ་ཞེས་བའང་། གོང་གི་རྒྱ་མཚན་མ་ངེས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་  
བ་ལས་ཅི་ཡང་མ་སྣང་ངོ། །སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་མ་འདྲེས་པའི་རིམ་  
བསྐབ་ནས་རྣམ་དག་གྲུབ་མཐའི་འོ་མཚོར་ལོག་ཏྟིག་ཁྲག་ཟེགས་འཐོར་བའི་  
སྤྱིང་ཁམ་དེ་འདྲ་ཉ་ཅང་ཐལ་ཆེས་སོ་ཞེས་བ་དོན་མེད་དེ། བདག་འཛིན་གཉིས་  
པོ་དམིགས་ལུལ་དང་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་སློ་ནས་རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་མ་འདྲེས་པར་  
ངོས་ཟིན་གྱི་འདྲེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བདག་འཛིན་སྣམ་སྟུར་བཏང་  
གི་དབང་དུ་བྱི་མའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་གཏོགས་རུང་བར་བཤད་པས་ཐེག་པ་ཆེ་རུང་

གི་སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲོང་ཚུལ་གོ་སྒྲོག་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ན། བདེན་འཛིན་ཉོན་  
 སྒྲིབ་ཏུ་འདོད་པ་ལྟར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་  
 གྱི་བྱེ་བྲག་ཏུ་མ་སོང་བར་གང་ཟག་བདེན་འཛིན་ཉོན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཅ་བར་རི་ལྟར་  
 ཁས་ལེན། དེས་ན་སྤར་ནས་བསྐྱབ་ཟིན་པས་སྒྲོན་བརྩོན་དེ་སྤྲད་བཤད་པ་  
 འདི་ལུགས་དེ་དག་ལ་བརྩོན་ཅིག འདི་འདྲ་བསམ་པའི་དབང་གིས་དོན་ལ་  
 མི་འགལ་བའི་ཁས་ལེན་ཅམ་ཡིན་ཏེ། དུས་གསུམ་རྣམས་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པ་  
 སོགས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ན། དེས་རང་གཞན་ཕུང་བའི་སྒྲོན་ཅི་ཡང་མི་  
 བསྐྱེད་ཀྱི། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་གནད་ལས་ཉམས་པ་དང་། ལྟ་བའི་དོན་ལས་ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་སྐྱུར་བ་བྱལ་བ་དང་།  
 གྲུབ་མཐའ་དང་ཐེག་པ་གཞན་གྱི་རང་ལམ་གྱི་གང་ཟག་ལ་ཐར་པ་མི་ཐོབ་  
 བར་སྐྱུར་འདེབས་ལྟ་བུའི་ཕུང་བྱེད་ཀྱི་ཉེས་པ་ཆབ་ཆེ་བའི་སྐྱུ་བ་ཅི་ཡང་མེད་  
 ཅིང་ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞུང་བསྐྱེད་པའི་སྒྲིང་ཁམ་ཆེས་པ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པའོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་གང་ཟག་  
 གྲུང་ཆོས་ཐམས་ཅད་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་བཤད་པ་ལ་སྒྲིང་ཁམ་ཆེ་  
 མ་དགོས་གྲུང་། དེ་བས་སྒྲིང་ཁམ་གིན་ཏུ་ཆེ་བ་དག་མཐོང་བ་གསོན་ཅིག  
 གངས་ཅན་འདི་ན་སྒྲིང་མ་པའི་རྫོགས་ཆེན། བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱག་ཆེན། ས་  
 སྐྱ་བའི་ལམ་འབྲས། རྫོགས་པའི་རྫོགས་ཆེན་ལ་འབྱོར་སོགས་སྐྱབ་བརྒྱུད་ཀྱི་  
 ཉམས་ལེན་ཟབ་མོ་དུ་མ་ཡོད་པ་དེ་དག་རྫོགས་ཆེན་འཆང་ནས་འཕགས་ཡུལ་གྱི་

པཎ་གྲུབ་ཚད་ལྡན་རྣམས་དང་བོད་ཀྱི་དམ་པ་དག་ལས་རིམ་པར་བརྒྱད་དེ་  
 དེང་སང་གི་བར་དུ་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་དང་མན་ངག་མ་འཆུགས་པས་ལམ་  
 ཀྱི་དོད་རྟགས་དང་ཉམས་སྤྱོད་སྦྱིས་པ་ཡོད་ལ། དེ་ཐམས་ཅད་ཞལ་འཆམས་  
 བར་སྦྱོས་པ་དང་བུལ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྦྱོམ་པའི་ཐུགས་སུ་བྱེད་ཅིང་མི་རྟོག་  
 ཡེ་ཤེས་བསྒྲུབ་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་ལ་བསྟོན་འདིར་དུ་མེད་བཞིན། དེ་ཐམས་  
 ཅད་ཉ་ཤར་གི་ལྟ་བ་དང་། ཚད་ལྡན་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་མིན་པ་  
 དང་། བདུད་ཀྱིས་བསྟན་པའོ་ཞེས་སྒྲ་བར་སྒྲོབས་པའི་སྒྱིང་ཁམ་ཅན་དུ་མ་  
 ཞིག་མཐོང་ངོ་། །རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཅིག་དུ་བུལ་  
 སོགས་ཀྱི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་དགག་བྱ་བ་དེན་གྲུབ་ཁེགས་པའི་དགག་རྟོག་  
 ཅམ་མི་མཁྱེན་པ་ཅང་ཡེ་སྤྱིད་ན་སྟེ། འོན་ཀྱང་སྒྱིང་ཁམ་ཅན་དག་གིས་གོང་  
 ལྟར་སྒྲས་པ་ན། སྦྱོ་བོ་ལལ་མོ་ཆེ་དག་འདི་སྟམ་དུ། ཅོད་མེད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་  
 ཆེན་པོ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐར་ཐུག་གི་བསྒྲུབ་བྱར་མ་དགོངས་པའི་ལྟ་སྒྲུབ་  
 གསར་པ་རྣམ་རྟོག་ལས་མ་འདས་པ་འདི་ཡང་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་ཞེས་ཐེ་  
 ཆོམ་སྦྱེ་བ་ལས། དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ་སྟམ་པའི་དད་པ་སྤྲོ་ལྟག་དུ་འཕེལ་བར་མི་  
 བྱེད་པ་དག་ཀྱང་མཐོང་བ་རང་བཞིན་འཕྲོས་གཏམ་དུ་བསྒྱིས་པའོ། །ཡང་  
 ཅོད་ཡིག་དུ། ཀུན་རྟོག་རྩུབ་ཅིང་སྤྱོད་ཁམ་ཆེ་བས། རིམ་ལྡེ་ལས། ལྷང་བ་  
 དང་ནི་སྤྱོད་པ་དག་ བྱིས་སོགས་ཀྱིས་བྱུང་འཇུག་དང་། མདོའི་བདེན་གཉིས་  
 འདྲ་ཟེར། འོ་ན་བྱེད་རང་གིས་ཐབས་ཀྱིས་བཅན་ཐབས་སུ་ཤར་བའི་བྱེད་



བར་སྒྲུབ་པ་འགལ་ལོ། །ཁོ་པོ་ཅག་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་སྣང་ཉིད་ལ་བྱད་པར་མེད་  
 ཀྱང་སྣང་ཚུལ་ལ་བྱད་པར་ཡོད་ཅིས་འདོད་ལ། འདིར་བྱང་འཇུག་ཉིད་གསུམ་  
 གསུངས་པ་ལས་གཙོ་པོ་དང་། སྒྲུབ་དོན་དང་། མཐར་ཐུག་གི་བྱད་པར་  
 རྣམས་ཅུ་བཤད་ཀྱི་རྒྱུད་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་ཁུངས་ཐུབ་དག་གི་དགོངས་  
 པ་མཁས་གྲུབ་ཆད་ལྟན་གྱིས་བྱེད་པ་ལྟར་ཏེ། འདིར་ཉོག་བཤད་ཀྱི་ཉིས་པར་  
 དོགས་པས་མ་བྲིས་ལ། བྱད་ལྟར་ན་གྲུབ་མཐའ་གོང་ལོག་དང་མདོ་སྒྲགས་  
 ཀྱི་བདེན་གཉིས་ཟེར་ཆད་འདྲ་ན་དེ་དག་གི་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ཀུན་འདྲ་  
 བར་འགྱུར་ལ། གཞན་གྱི་དོན་དམ་བྱས་གང་ཡིན། །དེ་ནི་གཞན་གྱིས་ཀུན་  
 རྫོབ་འདོད། ཅིས་གསུངས་ཤིང་། ལྷ་བས་དེ་ལྟར་མི་བཞེད་པ་སོགས་ཀྱི་  
 སྒྲོས་པ་མང་ལ། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་ཐབས་ཀྱིས་མི་འབྱེད་ཟེར་བའང་། བརྒྱད་  
 སྣང་བར། དེ་དག་གི་ལམ་སྣང་པ་ཉིད་དང་། མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲོན་  
 པ་མེད་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི། ཡང་དེ་ལས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་  
 ཆེན་པོའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་མ་བརྟན་ཏོ། །ཞེས་སོགས་དང་། རིན་ཐེང་ཡང་  
 དེ་འདྲ་བས་སྒྲོན་པ་དང་ཤག་འགྲེད་པར་མི་སྒྲོལ། །ཁྱེད་རང་སྣང་པ་མི་བརྟན་  
 བར་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་གསལ་པ་ཞིག་འཆང་ཁུལ་བྱེད་ཀྱང་། རང་ཚུགས་  
 ཟེན་པའི་སྒྲུབ་སྤྱུལ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱོས་ལ། འདིག་རྟེན་དབང་  
 ཐུག་འཁོར་བ་དབྱིངས་སྒྲོལ་གྱི་སྣང་པོར་བརྒྱས་ན་ལེགས་ཀྱི་སྒྲུ་མའི་ལུས་  
 ཀྱི་མགོན་ཁང་དུ་ཆགས་སྣང་གི་བྱོས་འགྱུར་འཐུང་སྟེ་ལུས་ངག་གིས་འཆལ་

བར་སྤྱོད་པའི་མཁས་པ་རྣམས་དབྱེད་དང་ལྷན་པ་དག་རེས་འགར་སྤྱོད་ཞིང་གཞན་  
དུ་སྤྱོད་ཐོབ་ས་ཅིང་འཛོའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ལས་མེད་དོ། །ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་  
ལན་བརྗོད་པ། མང་ཐོས་རིགས་པ་སྤྱོད་པ་ཁྱོད་གནད་དུ་འགྲོ་བའི་ལུང་རིགས་  
གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྤྱོད་བརྗོད་ཀྱི་ཉལ་བཤད་ཅུང་བཅུག་ན་སྤྱོད་ལྷན་གཞན་  
གྱིས་མཐོང་ཆོལ་གསུམ་གྱི་དེ་ལས་བསྒྲོག་ན་རྩུང་མི་མཛེས་སོ། །མདོ་སྤྲུགས་  
གཉིས་ཀའི་ལྟ་བུ་ཡང་མཐར་ཐུག་བདེན་གཉིས་ཡ་མ་བྲལ་བའི་ཟུང་འཇུག་  
ཡིན་གྱི་ཡ་བྲལ་མི་རུང་བའི་ཚུལ་བརྗོད་པ་ནི། རྣམ་གྲོལ་དོན་གཉེར་གྱིས་  
མི་ཤེས་སུ་མི་རུང་བ་ཡིན་པས་འདིར་དེ་བརྗོད་པ་ནི། བསྟན་བཅོས་ལས་  
དབྱེད་ཅོད་ལ་ཆགས་པའི་ཕྱིར། །མ་མཛད་རྣམ་གྲོལ་ཕྱིར་ནི་དེ་ཉིད་བསྟན། །  
ཞེས་གསུངས་པ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པར་དམ་པ་གོང་མ་དག་གི་ལམ་སྤོལ་  
ལས་མ་འདས་པར་སྤྱོད་པ་ལ་ཀུན་རྟོག་རྩུབ་དོན་མེད་དོ། །སྤྲུགས་ཀྱི་ཐབས་  
ལ་མཁས་པའི་སྒྲོ་ནས་བཅོན་ཐབས་སུ་སྟོན་སྤྱོད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བྲངས་ཀྱང་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཟུང་འཇུག་ཡིན་པར་སྤྱོད་པ་ཅི་ལ་འགལ། འགལ་ན་ཁྱེད་ཅག་  
སྤྱོད་ཉིད་ལ་ཁྱད་མེད་ཀྱང་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་ཁྱད་ཡོད་པ་འདྲ་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་  
རོ། །ཟུང་འཇུག་ཉེར་གསུམ་ལ་གཙོ་བོ་ལ་དང་ཚུལ་བཞི་སོགས་ཀྱིས་སྤྲུགས་  
རྒྱུད་འཆད་ཚུལ་ཡོད་པ་སྤྱོད་པ་མ་དགོས་ལ། གྲུབ་མཐའ་གོང་འོག་དང་  
མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་སོ་སོའི་འདོད་ཚུལ་གྱི་ཁས་ལེན་འདྲ་བར་  
བདག་ཅག་གིས་ནམ་ཡང་མི་འདོད་དེ། དེའི་ཕྱིར་བདེན་གཉིས་ཀྱི་འཛོག་

ཚུལ་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་ཤིན་ཏུ་བདེན་ཏེ་བདག་ཅག་ཀྱང་དེ་ལྟར་འདོད་དོ། །དེས་  
ན་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་ཐབས་ཀྱིས་མི་འབྱེད་པར་གོ་བ་ནི་བྱེད་རང་གིས་འཁྱོགས་  
བཤད་ལས་ངེད་ཅག་གི་ལུགས་ལ་ནི་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་མེད་དོ། །ཐབས་  
ཀྱིས་འཕགས་པའི་ཕྱིར་ཐབས་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་འཕགས་པ་ཡིན་  
པས་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀས་འཕགས་པར་འདོད་ཀྱི། ཐབས་ཀྱིས་འཕགས་  
ལ་ཐབས་བྱུང་རྟོགས་པ་ནི་བྱུང་མེད་ཅེས་མ་སྒྲིམ་སོ། །འོན་ཅི་ཞིག་འདྲ་བར་  
སྒྲིམ་ཞེན། མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀས་གནས་ལུགས་སྟོང་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་རྟོགས་  
པ་རྟོགས་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་སུ་དོན་གཅིག་སྟེ། ཟུང་འཇུག་མིན་ན་སྒྲོས་བྲལ་  
མཆོན་ཉིད་པ་མི་སྟིད། ཅེས་སྒྲིམ་པས། ཟུང་འཇུག་ཡིན་པར་མདོ་སྒྲགས་  
གཉིས་ཀ་འདྲ་བར་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་དོན་དམ་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་སྒྲོས་བྲལ་དེ་སྒྲགས་ལམ་  
གྱིས་རྟོགས་ལ་མདོ་ལམ་ནས་མི་རྟོགས་པར་འདོད་ན། མདོ་སྒྲགས་གྱི་ཆོས་  
དབྱིངས་ལ་བྱུང་ཡོད་པར་ཐལ་ཞིང་དེ་ལྟ་ན་མདོ་ལམ་གྱི་གནས་ལུགས་ཇི་  
བཞིན་མ་རྟོགས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ཤིང་། མདོ་ལམ་གྱིས་ཆོས་ཉིད་བདེན་  
པ་མཛོན་སུམ་གཟིགས་པ་དེ་དང་སྒྲགས་ལམ་གྱིས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་མཛོན་  
དུ་བྱས་པ་གཉིས་ལ་ཆོས་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་མ་རྟོགས་ཀྱི་བྱུང་བར་  
ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་མདོའི་མཐོང་ལམ་གྱིས་ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་གཟིགས་  
པའི་གོ་མ་ཆོད་པར་ཐལ་ཞིང་། མེད་ན་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་རྟོགས་པ་

ལ་ཁྱད་མེད་པར་འདོད་དགོས་སོ། །ཅུ་བ་འདི་གཅིག་པུ་ལ་ཐུག་པས་ན་སྟོང་  
རྩ་ལ་སོགས་བཤད་ཡམ་གྱིས་ཅི་ཡང་མི་ཡན་ནོ། །དེས་ན་རིམ་ལྔ་ལས་ཟུང་  
འཇུག་ཉིད་གསུམ་གསུངས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ཟུང་འཇུག་བཤད་པའི་སྐབས་  
ཡིན་ཀྱང་སྟོབ་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་གི་དོན་སྟོམ་ཞིང་  
ཉམས་སུ་ལེན་དུ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་འདིར་སྐགས་ཀྱི་དོན་ཟབ་  
མོ་སྟོབ་པའི་སྐབས་མིན་པས་མང་དུ་མི་སྒྲུ་ཞེ། མདོ་ཙམ་བརྗོད་པའོ། །མདོ་  
སྐགས་གཉིས་ཀས་ཆོས་དབྱིངས་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལུན་གྱི་སྟོང་ཉིད་དུ་འབྲུབ་པར་  
བརྒྱབ་པ་ལ་སྒྲུ་ཁམ་ཆེས་པ་སོགས་གཞན་གྱི་སྟོང་ལ་གཟན་པའི་ཆགས་སྟངས་  
གི་ཕྱིས་འགྱུར་འབྱུང་ནས་ལུས་རག་གི་འཆལ་སྟོང་སྟོང་གོད་བློ་བ་ནི་ཐིག་  
དྲུང་པོར་བཏབ་པས་ཡལ་གཅོད་པ་མ་བཟོད་པར་ཟད་དོ། །  
ཡང་ཅོད་ཡིག་ཏུ། ད་ནི་དོན་དམ་སྒྲུ་དང་སྟོའི་ཡུལ་མིན་ཟེར་བ་ལ། རང་  
ཆོག་དང་ལུང་ཆོག་དང་འགལ་བའི་རྩལ་ལོ། །དང་པོ་ལ། དོན་དམ་བདེན་  
པ་རྟོགས་པའི་སྟོ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཁྱེད་གྱི་ལྟུ་ཀར། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་འབད་པས་བསྐྱེད་པར་  
བྱའོ་ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། འདས་མ་འདས་ཀྱི་རྣལ་འབྱུང་པ་  
དེ་དག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣལ་འབྱུང་པ་དེ་དག་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ་ལྟུ་ཀར། སྟོ་དང་སྒྲུ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་  
པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རྒྱ་མཚན་དུ་བཀོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་ལྟུ་ཀར།

རྟོགས་བྱ་བ་དེན་གཉིས་རྟོགས་པ་པོ་གང་ཟག་གི་རིམ་པ་ཞེས་ཟེར་བ་འགལ་  
ལོ། །ཞེས་སྒྲུབ་པ་ལ་ལན་བསྟན་པ། དེ་ཡང་ཁྱོད་ནི་དོན་དམ་པ་ནི་དམིགས་  
པའི་སྟོང་ཡུལ་ཅན་དུ་རྟོགས་བྱ་མིན་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཐ་སྟོན་གྱི་དབང་དུ་  
བྱས་ཏེ་རྟོགས་པ་ཡོད་པའི་དོན་གཉིས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཁས་ལེན་ཚུལ་  
ཤཀ་མ་བྱེད་པར་བབ་ཅོལ་དུ་གྲོལ་པའི་ཆོག་གིས་རང་མཆོང་སྟོན་པ་ལ་མ་ཁས་  
པ་ཞིག་སྟེ། ཐལ་བ་འཕེན་པ་ལ་བྲེལ་བ་མི་འདུག་གི་དུང་དཔུང་པ་རྫོགས་  
དགོས་པར་མངོན་ནོ། །དོན་དམ་བདེན་པ་རྟོགས་པའི་སྟོང་ཡུལ་ཐལ་ཞེས་  
པ་ལ་འདོད་ལན་དོན་མཐུན་ཐེབས་པའི་ཕྱིར། ཁས་སྤངས་རྟགས་སུ་འགོད་  
མི་དགོས་སོ། །འོ་ན་སྒྲ་སྟེའི་ཡུལ་མིན་པར་བསྒྲུབ་པ་འགལ་ཞེན། སྒྲ་སྟེའི་  
ཡུལ་མིན་པར་བསྒྲུབ་པའི་སྟོང་དེ་དམིགས་པ་ཅན་ཡིན་ལ། དོན་དམ་བདེན་  
པ་རྟོགས་པའི་སྟོང་དེ་དམིགས་པ་མེད་པ་ཅན་ཡིན་པས་སྟེའི་མིང་ཙམ་ལ་བརྟེན་  
ནས་དོན་གྱི་གནད་མ་གོ་བ་ཆོག་གི་རྩོད་པ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། །གཟུང་འཛིན་  
མེད་པའི་སྟོང་དང་། གཟུང་འཛིན་ཅན་གྱི་སྟེའི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་མིན་བྱེ་བའང་  
འདི་དང་དོན་ལ་ཁྱད་མེད་དེ་ཆོག་གི་བརྫོང་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཙམ་སོ། །དེའི་  
ཕྱིར། དོན་དམ་བདེན་པ་ཆོས་ཅན། འདས་མ་འདས་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་  
དག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཁྱབ་པ་ཁས་སྤངས་ཏེ། སྟོང་དང་སྒྲ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་པ་མིན་པའི་  
ཕྱིར་ཞེས་རྒྱ་མཆོན་དུ་བཀོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན། འདི་སྐབས་སྟོང་དང་སྒྲ་ནི་

ཀུན་རྫོབ་ཡིན་གྱི་ཞེས་པའི་ཀུན་རྫོབ་དེ་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྒོ་ལ་ཀུན་རྫོབ་  
 ཅེས་བཤད་པ་དེ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྒྱ་མཚན་གང་གིས་ཤེས་ཞིན།  
 སྒོས་དམིགས་པ་དང་སྒྲས་བརྗོད་དུ་ཡོད་པའི་དོན་ལ་ཇི་སྲིད་གནས་གྱི་པར་  
 ཏུ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་དུ་འགྱུར་གྱི་དོན་དམ་པའི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་ལ། ཅམ་  
 ཞིག་བརྗོད་དུ་མེད་ཅིང་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཚེས་ཉིད་རྟོགས་པ་དོན་དམ་  
 པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒོར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཡུལ་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་བཤད་གྱི་ཡུལ་  
 གྱི་ངོས་ནས་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྒོ་ནི་གནས་སྣང་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་  
 དོན་དམ་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ལ། དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྒོ་ནི་གནས་སྣང་མི་མཐུན་  
 པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པས། འདི་སྐབས་སུ་བཤད་  
 པའི་ཡུལ་ཅན་ཀུན་རྫོབ་དེས་དོན་དམ་མི་རྟོགས་ཞེས་རྒྱ་མཚན་དུ་བཀོད་ཅུང་  
 རྩེ། གནས་སྣང་མི་མཐུན་པའི་སྒོ་དེས་དོན་དམ་དངོས་སུ་ནམ་ཡང་རྟོགས་  
 མི་རུས་སོ། །དེས་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་དག་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་སྣང་ཕྱོགས་ལ་  
 ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་བཞག་པའི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ཀྱང་དེས་མི་རྟོགས་  
 ཞེས་རྒྱ་མཚན་དུ་བཀོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདེན་གཉིས་འཛིག་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་  
 པ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་དེའི་ཕྱི་མ་ལྟར་གནས་སྣང་མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་སྒོ་  
 ནས་འཛིག་ཚུལ་དུ་དོན་གྱིས་སོང་བའི་གནད་ཐུ་མོ་མ་ཤེས་པར་ཀུན་རྫོབ་  
 ཅེས་པའི་མིང་ཅམ་ལས་དོན་གྱི་ཤན་མ་ཕྱེད་པའི་རྩྭ་དང་སོང་ངོ་། །གཟུང་

འཛིན་མེད་པའི་སྒོ་ཞེས་པའང་ཡུལ་གང་དུ་དམིགས་པ་མེད་པ་དང་། ཡུལ་  
 ཅན་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་འཛིན་པ་མེད་པ་ལ་འཆད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་  
 གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་སྒོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཅམ་གྱིས་གཟུང་འཛིན་མེད་ཚུལ་རི་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ཤེས་མི་རུས་པས་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྒོའི་ཡུལ་མིན་ཚུལ་རིགས་  
 པས་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས་ཤིང་། གནས་སྣང་མཐུན་མི་མཐུན་ཀྱང་ཆོག་  
 ཅམ་གྱིས་གོ་མི་རུས་པས་རི་མིན་དམིགས་པ་ཅན་ནམ་གཟུང་འཛིན་དང་བཅས་  
 པའི་སྒོ་ལ་གནས་པ་དེ་མིན་དུ་གནས་སྣང་མི་མཐུན་ཏེ། ཆོས་ཉིད་ནི་གཟུང་  
 འཛིན་དང་བཅས་པའི་སྒོའི་ཡུལ་མིན་ནོ་ཞེས། ཐོག་མར་ཆོས་ཉིད་དམིགས་  
 གུ་མེད་པའི་དོན་ལུང་དང་རིགས་པས་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས་པས། མདོ་  
 ལས། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་གང་ལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བའང་མེད་ན་ཡི་གོ་  
 རྣམས་ལྟ་ཅི་སྒྲིལ། ཞེས་དང་། བདེན་པ་གཉིས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས། ལྟ་འི་  
 བུ་དོན་དམ་པར་ན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་ལྟས་དང་ངག་དང་ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་  
 གྱི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་ན་ནི་དེ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གངས་  
 གུ་མི་འགོ་སྟེ། འོན་ཀྱང་ལྟ་འི་བུ་དོན་དམ་པར་ན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི།  
 ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པ། བྱེ་བྲག་མེད་པ། མ་སྦྱེས་པ། མ་འགག་  
 པ། སྒྲ་བར་བྱ་བ་དང་། ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། ཤེས་པ་དང་བྲལ་བའོ། །  
 ལྟ་འི་བུ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྟན་པ་  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་བར་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་

ལྟར་དོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ནི་བརྟན་ཏེ་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་སོ། །ལྟའི་བུ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་བརྟན་  
པར་མི་རུས་སོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། གང་གིས་བརྟན་པ་དང་། ཅི་སྟོན་པ་  
དང་། གང་ལ་སྟོན་པའི་ཆོས་དེ་དག་རབ་རྒྱ་མ་སྐྱེས་པའོ། །རབ་རྒྱ་མ་སྐྱེས་  
པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་རབ་རྒྱ་མ་སྐྱེས་པའི་ཆོས་རྣམས་བཤད་པར་མི་རུས་  
སོ། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཤིང་། འདྲུག་འགྲེལ་དུ། དེ་ནི་སྐྱོས་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡང་ཡིན་ཏེ། མངོན་པར་  
བརྗོད་པ་ནི་བཏགས་པའི་རྣམ་པ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རི་སྤྱང་མངོན་པར་  
བརྗོད་པ་དེ་སྤྱང་དུ་དངོས་པོ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
ནོ། །དེས་ན་དམིགས་པའི་སྟོད་ཡུལ་ཀུན་ལས་འདས་པའི་ཟབ་མོ་དཔག་  
པར་དགའ་བའི་དོན། སྐྱ་དང་ཆོག་གི་ལམ་བུལ་བརྗོད་དུ་མེད། །ཅིས་མདོ་  
ལས་གསུངས་པ་དེ་ལྟ་བུ་སྐྱ་རྟོག་གིས་རི་བཞིན་མཚོན་མི་རུས་ཀྱང་སྐྱ་རྟོག་  
ལ་བརྟེན་ནས་གཏན་ལ་འབེབས་མི་རུས་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། མཐར་ཐུག་དཔྱོད་  
པའི་རིགས་པས་གནས་ལུགས་བརྗོད་བུལ་གྱི་དོན་ལ་ངས་པ་འདྲེན་དུ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་མགོན་པོ་གྲུས། དོན་འདི་ལ་ནི་རྒྱལ་བ་ལས། །ལྷག་  
པའི་ཚད་མ་གཞན་སྟེ་ཡོད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར། དོན་དམ་པའི་བདེན་  
པ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་སྟུང་ནས། བདག་ཅག་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་  
བརྟན་པ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དོན་དམ་སྟོན་ཚུལ་མ་མཁྱེན་པར་ཁོ་པོ་



ཅག་གིས་ཤེས་སོ་ཞེས་སྒྲིབ་པ་མིན་པ་གཞན་སུ་ཞིག་གིས་སྒྲིབ་པར་ཚུམ། བཅོམ་  
ལྟན་འདས་ཀྱིས་དོན་དམ་པ་ནི་སྒྲིབ་པའི་དྲ་བ་ཀྱན་ལས་འདས་པ་ཡིན་པས་  
ནམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདས་པར་གསུངས་པ་འདི་ལ་གོ་ཚུལ་དེ་ལྟར་མི་  
རུང་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་འོག་ཏུ་ཁྱོད་ལྟར་ན་རང་གིས་ཀྱང་རྟོགས་རྒྱ་མེད་ཅེས་ཁས་  
ལེན་དགོས་པར་ཐལ་བ་འཕེན་པ་དེས། སངས་རྒྱལ་ལ་སུན་འབྱེན་སྒྲིབ་པ་  
ཡིན་པས་སྒྲིབ་པ་དང་ཤག་འབྱེད་པར་མི་སྒྲིབ་པ་ནི་བདེན་ནོ། །དེ་བས་བག་  
རྟོན་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱས་ན་ལེགས་སོ། །ཚུལ་དེ་ལྟ་བུས་ན་རི་མིང་སྒྲ་དང་སྒྲོ་ལ་  
བརྟེན་ནས་དམིགས་པ་ཅན་དུ་ལྟུང་བ་དེ་མིང་དུ་དོན་དམ་མི་རྟོགས་པའི་དོན་  
ལ་དགོངས་ནས། སྒྲ་དང་སྒྲོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་དང་། དམིགས་  
པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་མི་མངའ་བ་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་  
ཡིན་པར་བསྟན་པ་གཉིས་འགལ་མེད་དོན་གཅིག་ཏུ་འཆར་བའི་གོ་ཚུལ་ཞིག་  
བྱམ་ཤེས་པར་ནམ་པ་ཀྱན་ཏུ་དོན་དམ་པ་སྒྲ་སྒྲོའི་ཡུལ་ལས་མ་འདས་པར་  
རྟོག་གཏེ་སྒྲོད་ཡུལ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་འདི་ནི། ཚད་མ་མདོར། གང་  
ཞིག་རྟོག་གཏེ་ལམ་ལས་ཆོས་ཉིད་དུ་ཁྱིད་ན། །ཐུབ་པའི་བསྟན་ལས་ཆེར་  
བསྐྱེད་ཉམས་པར་བྱས་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། རིགས་པའི་དབང་ལྷན་ཆོས་  
ཀྱི་གསལ་བས་ཀྱང་། དོན་དམ་པ་རྟོག་གཏེ་ཡུལ་མིན་པར་གསུངས་པའི་  
དོན་ལས་བསྐྱོག་སྒྲིབ་པ་ལ། སངས་རྒྱལ་ཀྱི་བཀའ་ཟབ་མོའི་དོན་བསྟན་  
པ་ལས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་མཐོང་ནས་དེ་ལྟར་འབད་པ་ཚུམ། འོན་ཀྱང་བདེན་

མེད་མེད་དགག་གི་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་ན་དམིགས་པའི་གནས་ཅི་ཡང་མི་རྟེན་  
 བས་དེ་ལ་ཤིན་ཏུ་འཛིགས་ནས་བྱེད་ཤ་འཕོན་པའི་རྣམ་འབྱུང་གིས་བདེན་  
 མེད་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ཕྱོགས་འགོག་པ་ལ་ཞུགས་ནས་སྟོང་ཉིད་དམིགས་པ་ཅན་  
 ཏུ་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་ཀུན་སྟོང་གིས་སྒྲོས་བྲལ་འདོད་པ་རྣམས་  
 གྱིས་སྒྲ་སྟེའི་ཡུལ་མིན་པའི་ཡུང་དང་རིགས་པ་ཁས་སྒྲུང་གང་བཞོད་པ་ཕྱོགས་  
 རྒྱར་བྲལ་ནས། སྒྲ་སྟེའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཡུང་དང་རིགས་པ་དང་པ་ལོ་གྱི་  
 ཁས་ལེན་གནོད་བྱེད་དུ་བཞོད་ནས་འགལ་བ་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་ཀྱང་སུན་འབྱེན་  
 ལྟར་སྒྲུང་ལས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་འདའ་ལྟེ། རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དམིགས་  
 པ་ཅན་གྱི་སྟོན་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་ནི་འབྱུང་པ་མི་སྤིང་ལ། སྒྲ་སྟེའི་སྟོན་ཡུལ་ལས་  
 འདས་པ་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་སྟོན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དམིགས་མེད་སྒྲོས་བྲལ་  
 གྱི་དོན་རྟོགས་པ་ལ་ཐ་སྟན་དུ་དོན་དམ་བདེན་པ་རྟོགས་ཞེས་ཕྱོགས་སྒྲུ་མ་པ་  
 རྣམས་གྱིས་འདོད་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དོན་སོ་སོར་བཤད་དུ་ཡོད་  
 ཅིང་དོན་འགལ་མེད་དུ་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་ཡང་དག་ཡོད་པའི་བྱིར། བདེན་  
 གཉིས་འགལ་འདུར་འཛིན་པ་རྣམས་གྱིས་གླུན་ཀ་བརྟེན་པ་ལ་དོན་དམ་སྟོ་  
 ཅན་དང་། ཀུན་རྫོབ་སྟོ་ཅན་གྱི་ལན་འདེབས་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་འདི་ལའང་  
 མཚུངས་པའི་བྱིར། སུན་འབྱེན་དེ་དག་གིས་སྒྲ་རབས་པའི་ཡུགས་ལ་བ་སྟེའི་  
 ཕེ་མོ་གཡོ་བ་ཅན་དུ་དོན་གྱི་གནོད་པ་བྱེད་མི་རུས་ལ། དེ་ལྟར་བརྟེན་པ་པོ་  
 རང་ཉིད་གྱིས་གསུང་རབ་གྱི་དོན་འགལ་འདུར་མཐོང་པའི་སྟོ་ཡི་འབྲས་རྟགས་

ངོམས་པ་ཙམ་དུ་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ལན་གཅིག་པོ་འདི་ཁོན་ས་ཁྱོད་གྱིས་  
འོག་རྒྱ་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་གྱིས་ལན་བསྟན་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། གློ་  
དམན་དག་གིས་རྟོགས་དཀའ་བའི་ཕྱིར་སོ་སོའི་ཐད་དུ་ལན་རྩེད་ཅན་བརྗོད་  
བར་བྱའོ། །

ཡང་ཅོད་ཡིག་རྒྱ། རྟོང་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲ་རྟོག་མེད་པར་ཐལ། དེ་མིང་  
དང་རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་གི་མཚན་ཉིད་  
གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཡང་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱ་ཀར་། རྒྱལ་  
བའི་མཐུ་དང་རང་གི་རྫོན་ཤོམས་ལས། །གཞན་དུ། ཞེས་དང་། དངོས་སྟོབས་  
རིགས་པའི་སྒྲོན་ས་མཁས་པའི་ལམ། །མཐོང་ཆེ་ཞེས་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་  
པའི་སྒྲོས་མཐོང་བར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་སྒྲས་པ། གྲ་གྲུའི་ལམ་གྱིས་བདེ་  
བར་འགོ་བའི་ཡིད། །འོག་རྟོག་གཅོང་འོང་འདམ་ཐུབ་ཅུལ་བས་ངལ། །  
ལའོར་འདས་རྟེན་འབྱུང་ཉམ་ངའི་མཐར་གཟིགས་པའི། །ཚིས་སྒྱུན་ཡངས་  
པའི་དྲན་དབང་འདི་ལ་ལྟོས། །ཞེས་བསྒྲུལ་ལོ་ཞེས་སྒྲས་པ་ལ། ལན་བརྗོད་  
པ། སྒྲ་བ་འདི་དང་འོག་རྒྱ་སེམས་དང་ངག་གི་སྦྱོད་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཚིས་དེ་  
ནི་བརྟག་དབྱུང་མི་བཟོད་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལ། དེ་ལྟར་རྟོང་ཉིད་ཀྱང་དེར་  
འགྱུར་རྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་སྒྲས་པ་འདི་གཉིས་  
རིགས་པའི་འགོ་ལུལ་གཅིག་པ་ཡིན་རྟེ། དོན་བསྟུས་ན་མིང་དང་རྟོག་པས་  
བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་པ་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ན་

དེས་སྟོང་ཉིད་མི་རྟོགས་པར་ཁས་བླངས་ན་སྟོང་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲིལ་རྟོག་  
 མེད་པར་འགྱུར་ཞེས་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། འདིའི་དོན་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཙམ་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་  
 མ་གྲུབ་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི། རྟོག་བཏགས་དང་རང་མཚན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་  
 ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་ཡུལ་ཅན་དེས་སྟོང་ཉིད་མི་རྟོགས་ཞེས་བཤད་པ་མ་ཡིན་ལ།  
 ཡུལ་ལ་དབྱུང་ན་རི་མིན་དམིགས་པ་ཡོད་པ་དེ་མིན་དུ་དོན་དམ་དངོས་མ་ཡིན་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ན་སྒྲིལ་བརྗོད་པ་དང་སྒྲིལ་འདི་ཞེས་དམིགས་  
 སུ་ཡོད་པ་རི་མིན་དུ་ཡུལ་དེ་ལ་བརྟག་ན་དབྱུང་བཅོང་མེད་པས་སུན་ཕྱུང་རུས་  
 ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་སྟོང་ཉིད་ཀྱང་དེར་ཐལ་ཏེ། དབྱུང་མི་བཅོང་  
 པ་དང་རང་མཚན་མ་གྲུབ་པ་དང་རྟོག་པས་ལར་བཏགས་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོལ་ན། སྟོང་ཉིད་ཅེས་པ་བདེན་མེད་མེད་དགག་གི་སྟོང་ཉིད་ལ་བསམ་ན་  
 ཤིན་ཏུ་ཡང་འདོད་པ་གྲུབ་སྟེ་དེ་ལྟར་འདོད་ཅེས་ལན་འདེབས་ལ། རྟགས་  
 ཀྱང་དེ་ལྟར་རིགས་པས་གྲུབ་པ་བཞིན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་ཁས་བླངས་སོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་ནི་སྟོང་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲིལ་ཙམ་ཡིན་གྱི་སྟོང་  
 ཉིད་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་སྐབས་འདིར་  
 གསལ་བར་གྱུར་ཏོ། །བདེན་མེད་སྒྲིལ་བུལ་ལ་བསམ་ན་སྟོང་ཉིད་ཀྱང་དེར་  
 ཐལ་བའི་སྒྱུན་མེད་དེ། སྒྲིལ་བུལ་དམིགས་མེད་ཀྱི་རང་མཚན་ནམ་རང་གི་  
 རོ་བོ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་རྒྱུའི་ཆོས་དང་དབྱུང་བཅོང་མི་བཅོང་དང་རྟོག་

པས་གདགས་པར་བྱ་བའི་གཞི་གང་ཡང་མ་དམིགས་པ་ལ། རི་ལྟར་གྲོས་  
 གྲོ་བཏགས་ནས་བརྗོད་རྒྱས་ཏེ། བརྗོད་རྒྱས་པ་ལ་ནི་བརྗོད་མེད་ཅེས་མི་  
 བྱེད། །དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པས་པར་བཏགས་པ་ཙམ་ཆོས་ཉིད་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་  
 པ་དང་། རྟོག་ཡུལ་ལས་འདས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་དག་ནི་བཙུམ་མིན་  
 དང་། །གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་རྣམས་  
 གྱིག་ཤིས་ལུགས་ནི་གྲོས་མ་བཞག་གི་བར་དུ་མི་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར། སངས་  
 རྒྱུ་རྣམས་བྱུང་ཡང་རུང་མ་བྱུང་ཡང་རུང་ཆོས་ཉིད་ནི་རྟག་ཏུ་གནས་པ་ཞེས་  
 མདོ་ལས་གསུངས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་གང་ཞིག་དོན་  
 དམ་མཛན་ཉིད་པ་ཡིན་ཏེ། འཇུག་འགྲེལ་ལས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དེའི་ཡུལ་  
 ཅན། དངོས་དངོས་མེད། རང་དང་གཞན། བདེན་མི་བདེན། རྟག་མི་རྟག་  
 རྟག་པ་དང་ཆད་པ། བདེ་བ་སྐྱུག་བསྐྱུལ། གཙང་མི་གཙང་། བདག་བདག་  
 མེད། སྟོང་མི་སྟོང་། མཛན་ཉིད་མཛན་གཞི། གཅིག་པ་དང་གཞན། སྦྱི་བ་  
 དང་འགག་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་དག་གིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་རང་  
 གི་ངོ་བོ་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དེའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསམ་པ་ལ། འཕགས་  
 པ་རྣམས་ཁོ་ན་ཆད་མ་ཡིན་གྱི་འཕགས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡུལ་ཙམ་ལས་དེའི་རང་བཞིན་འདི་ལྟ་  
 བུའོ་ཞེས་དབྱེད་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁོན་གྱིང་དེ་འདྲའི་སྦྱོས་བྲལ་  
 དོན་སྦྱིའི་ཚུལ་གྱིས་འཇལ་བའི་ཆོ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་། དོན་

དམ་བཤེན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་མཐའ་ཁེས་སོགས་ཀྱི་མིང་དུ་བཏགས་  
ནས་བསྟན་པར་མཛད་དེ། མདོ་ལས། ཡི་གེ་མེད་པའི་ཚོས་རྣམས་ལ། །  
ཉན་པ་གང་དང་སྟོན་པ་དང་། །འགྱུར་བ་མེད་ལ་སྒྲོ་བཏགས་ནས། ཉན་  
ཅིང་སྟོན་པར་བྱེད་པའང་ཡིན། །ཁེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐབས་རྒྱུལ་རིགས་པ་  
བརྒྱ་དག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་འབྲེན་པར་གསུངས་  
སོ། །དེ་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་དག་གིས་བཤེན་མེད་སྒྲོས་བྲལ་ཉིད་དོན་དམ་པར་  
དམིགས་སུ་མེད་པའི་རྒྱུལ་གྱིས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཀའི་ངོས་ནས་  
བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་དམ་ལ་དངོས་སུ་འཇུག་པའི་སྒྲ་རྟོག་མེད་པས་སྒྲ་  
རྟོག་གིས་དངོས་ཡུལ་མ་ཡིན་ལ། བསྟན་པ་དང་དཔེར་བྱ་བ་སོགས་ལས་  
འདས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། བརྒྱད་ནས་འཇུག་པའི་སྒྲ་རྟོག་མེད་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་སྒྲོས་བྲལ་གཏན་ལ་འབེབ་བྱེད་ཀྱི་ཡུང་རིགས་ཀྱི་མ་  
མེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་མེད་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་དོན་ལ་ངེས་པ་དྲངས་ནས་  
གོམས་པར་བྱས་པའི་མཐུས་དོན་དམ་པ་མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་འཐད་དོ། །  
དེའི་ཕྱིར་རྒྱལ་བའི་མཐུ་དང་སོགས་ཀྱི་དོན་བཞིན་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་པའི་  
སྒྲོས་མཐོང་བར་བཤད་པའང་དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །ཁྱིད་ཀྱིས་འདི་སྐབས་དང་  
གོང་གི་ཚིགས་བཅད་བསྐྱེབས་ནས་བདག་གིས་འདི་ལྟར་འདོན་པར་སྒྲོ་སྟེ།  
གང་ཞིག་རྟོག་གི་ངན་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས། །བསོད་ནམས་ཟོང་ལ་གཟུགས་པའི་  
བག་མེད་པ། །མཚུངས་མེད་སྟོན་པའི་རང་ལམ་བཤེན་པ་གཉིས། །འགལ་

འདྲར་མཐོང་བའི་དྲན་དབང་འདི་ལ་ལྟོས། །ཞེས་སྒྲུབོ། །  
 ཡང་ཅོད་ཡིག་ཏུ། རྒྱ་ཀར། མཁུན་གཉིས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་པ་ཞེས་རི་  
 ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁུན་དང་། རོན་དམ་པར་མེད་པ་ཙམ་གྱིས་རབ་ཏུ་  
 བྱེ་བའི་སེམས་བྱུང་ཤེས་རབ་ཅེས་དང་། ལམ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་  
 ཟུ། གྲུབ་རྫོང་ཏུ་སྒྲེབ་ལྟར་སྣང་བ་འགོག་མི་རུས། ཞེས་མི་སྒྲོབ་པའི་སྐབས་  
 དེར་བཀག་པར་ཁས་སྒྲུངས་པས་སྣང་སྟོང་བྱུང་དུ་འཇུག་པ་རི་ལྟར་ཡོད། གང་  
 སྣང་བ་གཟུགས་སོགས། གང་ལ་སྣང་བ་སྒོ། རི་ལྟར་སྣང་བ་སྒྲུབ་ལྟར་ཞེས་  
 མི་འཆད་ན་སྣང་ཞེས་པ་དོན་མེད་དུ་སོང་བའི་བྱིར། སྟོང་ཞེས་བའང་བདེན་  
 སྟོང་ལ་བྱེད་ན་སྒྲར་མེད་པ་དེ་ཉིད་ལས་ཀྱང་འདའ་ཟེར་བ་འགལ་ལ། སྣང་  
 སྟོང་བྱུང་འཇུག་དེས་དགག་སྒྲུབ་མ་ཞིག་བས། ཞིག་པོར་འདོད་པ་ཙམ་དུ་  
 ཟད་དོ། །ད་དུང་མ་ཞིག་པར་སྣང་བས་ཁོ་བོས་རིགས་ལམ་གྱིས་བཤུང་བ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར། ལན་བརྗོད་པ། མཁུན་གཉིས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་  
 ཡིན་ན་རི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བ་སྒྲུས་ཁས་སྒྲུངས། བདེན་གཉིས་  
 དབྱེར་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་རྟག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས་མ་གཡོས་  
 ཀྱང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཤེས་བྱ་རི་སྟེད་པ་དུས་གཅིག་ཏུ་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པར་མཁུན་པ་ནི་གཞི་ཡི་དུས་སྟུང་བདེན་གཉིས་བྱུང་  
 འཇུག་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་ན་དེ་རི་ལྟ་བུ་མཁུན་པ་ཁོ་ནར་གལ་འགྱུར།  
 བདེན་མེད་མེད་དགག་རྟོགས་པའི་སྒོ་ནི་སེམས་བྱུང་ཤེས་རབ་ཡིན་ལ། བདེན་

གཉིས་དབྱེར་མེད་གྱི་ཚོས་དབྱིངས་དྲོགས་པ་ནི་གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། ཤེས་རབ་མི་ཟད་པའི་རྒྱ་ལས་ཡེ་ཤེས་མི་ཟད་པ་  
ཐོབ་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །འོན་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་གྱི་མིང་ཙམ་ནི་  
ཕན་ཚུན་འདྲེ་མི་རུང་བ་མིན་ཏེ། གཞུང་སོ་སོར་འདོགས་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་སུ་  
མཛད་ཀྱང་། རོན་ལ་གཟུང་འཛིན་མེད་པའི་སྒོ་ནས་ཡེ་ཤེས་ཁྱད་པར་དུ་  
འབྱེད་དོ། །ལམ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་སུ་རོན་དམ་པར་མེད་པ་  
དང་། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་གཉིས་ཐ་དད་ཏུ་སྒྲུང་བ་སྒྲོ་ངོར་འཁོག་མི་  
ལུས་པས་བདེན་གཉིས་ཐ་དད་ཏུ་བྱེས་ཏེ་དགག་བྱ་ལ་རོན་དམ་གྱི་ཁྱད་པར་  
སྒྲུང་ནས་གཙོ་བོར་དེ་གཏན་ལ་འབེབ་ཅིས་རང་རྒྱུད་པའི་འདོད་ཚུལ་བཤད་  
པ་ཡིན་པས་མི་སྒྲོབ་པའི་སྐབས་སུ་བཀག་པའི་རོན་གཏན་མིན་ཏེ། ཁྱོད་  
གྱིས་གོ་ལོག་ཏུ་སོང་དོ། །དེས་ན་སྒྲུང་ཚུགས་བཀག་པས་སྒྲོང་རྒྱུང་འདྲ་མོ་  
ཞིག་ཏུ་ཁྱོད་རང་གིས་གོ་བས་གོ་ལོག་དེས་གཞན་ལ་སྒྲུང་སྒྲོང་བུང་འཇུག་མེད་  
པར་ཐལ་བ་དང་། བདེན་མེད་མེད་དགག་ལས་ཀྱང་འདའ་ཟེར་བས།  
དེ་འདྲའི་བུང་འཇུག་དེས་དགག་སྐྱབ་མ་ཞིག་པས་ཞིག་པོར་འདོད་པ་ཙམ་  
དུ་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ནི་དེས་པར་ཁྱོད་རང་གིས་རང་ལ་བཤུང་བར་ཟད་དེ།  
གནས་ལུགས་ཉིད་མེད་དགག་རྒྱུང་པའི་ཆ་ལས་འདའ་མོད་གྱི། བདེན་མེད་  
ཡིན་པ་ལས་འདའ་མི་དགོས་ཤིང་། བདེན་མེད་དང་དེས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་  
པའི་སྒྲུང་བ་འདྲ་འབྲལ་མེད་པའི་བྱིར་གནས་ལུགས་བུང་འཇུག་ཏུ་ཅིས་མི་



འགྱུར། སྣང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་གང་སྣང་བ་སོགས་གསུམ་དུ་སྒྲེ་བ་ཡོད་མོད་  
 གྱི་སྣང་སྟོང་ཟུང་འཇུག་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་ཉོགས་པ་བྱང་སེམས་ནམས་ཀྱི་རྗེས་ཐོབ་  
 ཏུ་འཆར་བ་དང་། མཉམ་བཞག་ཏུ་ཟུང་འཇུག་གི་དོ་བོ་བརྗོད་མེད་དོན་གྱི་  
 གཤིས་ལ་གནས་པའི་ཆོན་ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐར་མ་ལྟར་  
 བ་ལ་གནས་པ་ཡིན་པས། བདག་ཅག་གི་ལྷགས་ལ་ཆོས་དབྱིངས་ཞེས་པ་  
 མེད་དགག་བྱང་ཆད་ཅི་མ་མིན་པར་སྣང་སྟོང་ཟུང་འཇུག་གམ་ནམ་ཀུན་མཆོག་  
 ལྟན་གྱི་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པས། གཞི་ལམ་འབྲས་ལུའི་སྐབས་ཀུན་ཏུ་ཡ་གྲུལ་  
 མེད་པའི་ཁ་ཡར་བ་ནམ་ཡང་མི་འདོད་དོ། །

ཁ་ཅིག་ལམ་དུས་སུ་མཉམ་བཞག་མེད་དགག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ་གནས་  
 པར་འདོད་ཅིང་མེད་དགག་ལས་ནམ་ཡང་མི་འདའ་ཞེས་ཁས་ལེན་པ་དེ་དག་  
 ལ། གཞི་འབྲས་ཀྱི་དུས་སུ་འདེམ་ཉར་འབྲ་བས་སྣང་བ་མེད་པའི་སྒྲིན་དེ་  
 བརྗོད་ཅིག་ཡང་ཚུད་ཡིག་ཏུ། དོན་དམ་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་ཁས་སྒྲངས་པར་ཐལ།  
 སྒྲེ་འཕགས་གཉིས་ཀའི་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་བྱིར། ཁྱེ་ཀར། གནས་  
 ལྷགས་ལ་དབྱེད་པའི་སོ་སོའི་སྒྲེ་བོས་དབྱད་སྒྲོམ་གྱིས་ཟུང་འཇུག་གི་དོན་ལ་  
 གོ་མྱོང་སྒྲེ་བར་མ་བྱས་ན་ནས་ཀྱི་ས་བོན་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལྷ་ལུ་བཞེན་འཕགས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་རྒྱ་མེད་དུ་མི་སྒྲེ་བས་ཆོགས་སྒྱུར་དུ་ཅི་སྟེ་བསྒྲོམ་པར་མི་  
 བྱེད། ཅེས་བཤད་ལ། དཔེ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་དང་འགྲིག་ཅིང་། འདིར་མཐའ་  
 ཀུན་དང་བུལ་བས་སྒྲོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ཟེར་བའང་རྒྱ་མཚན་མ་ངེས་ལ། སྒྲོ་

འདོགས་སོག་ཉིས་དང་བྲལ་བའི་ཤར་ཕྱིན་ཟེར་བ་དང་། རོན་དམ་པའི་གནས་  
རྩལ་ལ་རྩེས་སུ་སོན་པའི་ལྷ་བ་ཁས་ལེན་ཀུན་བྲལ་ཞེས་དང་། འཕགས་  
བཞིའི་ཡུམ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལམ་ཟེར་བ་དང་། ཡང་དེ་སྟོའི་ཡུལ་ཡིན་  
པར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་། དེ་རྟོགས་པར་རྟོགས་པས་ཉོན་སྦྱིབ་དང་ཤེས་  
སྦྱིབ་སྟོང་པར་བཤད་ཅིས་ཟེར་བ་ལ། ལན་བརྗོད་པ། འདི་འདྲའི་ཐལ་བ་  
འདི་དག་གིས་རེས་སྟེ་འཕགས་གཉིས་ཀས་རྟོགས་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཁས་ལེན་  
འདི་སྟོད་བྱས་སོ་ཞེས་བཀོད་ནས། ཡང་རེས་སྟོའི་ཡུལ་མིན་པར་བཤད་པའི་  
འགལ་འདྲུ་འདི་སྟོད་ཅིག་ཡོད་ཅིས་སུན་འབྱིན་སྦྱས་པ་ནི། ཁོ་བོས་ཁྱོད་ལ་  
ཆོག་ལན་ཅམ་དུ་སྦྱད་འདོད་གཏན་མིན་གྱང་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དོན་འགལ་  
འདྲུ་དེ་ཅམ་དུ་མཐོང་བའི་བརྗོད་པ་འདིས་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མི་  
མཁས་པའི་མཚང་ཞིག་རང་ཤུགས་ཀྱིས་མི་གསལ་ཀ་མེད་དུ་འདྲག་པས་མ་  
སྦྱས་ན་ལེགས་ཀྱི་ཡང་ཡང་སྦྱས་པས་ཕ་རོལ་ལ་སུན་འབྱིན་ཅུང་ཟད་མི་རུས་  
པས་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་རོ། རོན་དམ་བདེན་མེད་སྟོས་བྲལ་དེ་སྟེ་འཕགས་  
གཉིས་ཀའི་སྟོའི་ཡུལ་དུ་བདག་ཅག་གིས་ཁས་བླངས་ཏེ། སོ་སྟེ་དབུ་མ་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་དོན་སྟོའི་རྩལ་གྱིས་ཉམས་སུ་ཕྱོང་། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
དེའི་རོ་བོ་མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་འདོད་དེ། སོ་སྟེས་དེ་འདྲའི་སྟོས་བྲལ་ལ་  
འདྲག་མི་རུས་པ་ཡིན་ན། བས་ཀྱི་ས་བོན་དང་འབྲས་ཀྱི་ལྷ་གྱུད་པེ་མི་མཐུན་  
པའི་རྒྱ་དང་ཆེད་དུ་བསྒྲིགས་ནས། སོ་སྟེ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོས་བཅས་དང་

དམིགས་པ་ཅན་འབང་ཞིག་བསྐྱེམས་པས། འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དམིགས་  
མེད་སྒྲིམ་བྲལ་འགྱུར་ན། དེ་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཚོགས་སྒྲུབ་དུ་བསྐྱེམ་པ་སྒྲིམ་  
སོང་གི་རྒྱ་མེད་པས། བས་ལས་འབྲས་སྒྲེབ་ལྟར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ།  
རྩོམ་སྒྲིམ་འགྲལ་ལས། ཀོ་ར་བ་ཡི་ས་བོན་ལས། ཞེས་སོགས་སྒྲུབ་དངས་  
ཟེན་པ་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་སྒྲོའི་ཡུལ་མིན་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་མ་དེས་  
པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོའི་ཡུལ་ཡིན་པར་བཤད་པ་དང་འགྲལ་ལོ་སྒྲུམ་པ་ནི། གོང་  
དུ་བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་དམིགས་མེད་སྒྲིམ་བྲལ་དེ་ཉིད་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྒྲོའི་  
ཡུལ་མིན་པའི་དོན་ཡིན་པས། དམིགས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་  
དངོས་སམ་རྗེས་མཐུན་པའི་ཡུལ་དུ་ཅིས་མི་འགྱུར། སྒྲོའི་སྒྲིབ་ཡུལ་དང་  
རྟོགས་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡུལ་བདེན་མེད་མེད་དགག་ཁོན་དང་ཡུལ་ཅན་  
རྣམ་རྟོག་ཁོན་ཡིན་དགོས་པར་བྱབ་མཐའ་འཆང་བ་ནི། ཡུལ་དམིགས་མེད་  
མཐའ་བྲལ་དང་། ཡུལ་ཅན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་  
སྒྲུགས་པའི་རང་རྟོགས་ངོམས་པར་གསལ་ལོ། །དེས་ན་འོག་གི་ཁས་ལེན་  
དངས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ལན་བཏབ་མ་དགོས་སོ། །

ཡང་རྩོད་ཡིག་ཏུ། ཡེ་ཤེས་དེས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་ཐབས་སྒྲིམ་རྗེ་རྗེ་སོགས་  
ལ་མི་བརྟེན་པར་བཤད་པ་ནི། ལོ་རྟོག་སྒྲེབ་པ་ལ་རྒྱ་དང་ས་མི་དགོས་པར་སྒྲུབ་  
བཞིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཕྲུབས་ཚོགས་གོ། སྒྲིམ་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་ལམ་ཐམས་ཅད་འབབ་ཅིང་གཞིལ་བཟུང་བ་ནི།

སྒྲུབ་ཁོ་རང་གིས་བྱངས་པའི་ཡབ་སྐུ་མཇུག་པའི་མདོ་དེ་འགོག་པར་སྒྲུབ་  
 རྟེན། སྒྲུབ་ཆེན་པོ་རིང་ནས་ཞེན་པས་རེ་ཞིག་སངས་པའི་ངོ་ཡང་མི་འཆར་  
 རོ། །ཞེས་ཟེར། ལན་བརྗོད་པ། ཁྱེད་ཀྱིས་བཅུད་པ་འདི་ནི་ཁོ་བོའི་ཤེར་  
 འགེལ་དུ། ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མ་བརྟེན་ན་ཡེ་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་སྒྲུ་མི་  
 ལུས་ལ། རྟོགས་པ་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་མ་ན་དེ་ཁོ་ནས་སྒྲུབ་བྱ་སྒྲོང་ལུས་ཏེ། ཉི་མ་  
 ཤར་པས་སུན་པ་སེལ་བ་ལྟར་ཡིན་དགོས་ཀྱི། དེས་སྒྲུབ་བྱ་སྒྲོང་བ་ད་དུང་  
 གོགས་གཞན་མེད་ན་སྒྲོང་མི་ལུས་ཟེར་ན་ཉི་མས་སུན་པ་མི་སེལ་བ་ལྟར་འགྲུབ་  
 རོ་ཞེས་པ་ལ་ཅུང་ཁྱོས་ནས་དངོས་ལན་མེད་པར་རྒྱན་ལྟར་བཏབ་པར་ཟེར་  
 དེ། ཡེ་ཤེས་དེས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་ཐབས་སྒྲིང་རྗེ་སོགས་ལ་མི་སྟོས་ཞེས་  
 རྟེན་ཞིག་གིས་གང་ན་ཁས་བླངས་པ་འདུག ཐབས་ཤེས་ལན་ཚུན་རྒྱུད་ད་ཀྱིན་  
 ཏུ་ལྷན་པས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་ཀྱི་ཡེ་  
 ཤེས་དེ་ཡང་རྒྱ་མཚོ་གསལ་གཉིས་སྟོན་སོང་ལས་བྱུང་བར་འདོད་དེ། མདོ་རྒྱན་  
 ལས། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རབ་བསྐྱེན་བྱས། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་  
 ཚོགས་རབ་བསགས། །ཚིས་ལ་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ནི། །སྒྲེ་ཕྱིར་དེ་ནི་དམ་པར་  
 འདོད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་འདོད་ཀྱི་དེ་འདྲའི་རྒྱ་སྟོན་སོང་མེད་པའི་ཉན་  
 ཐོས་པས་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་རྟོགས་པ་མི་འདོད་ལ། བདག་  
 མེད་གཉིས་ཀ་རྟོགས་པ་ཡོད་ན་བདག་འཛིན་གཉིས་པོའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་  
 སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་སེལ་བར་འདོད་དེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྒྱན་ཞུགས་ལ་སོགས་

པའི་འབྲས་གནས་ཀྱི་ལམ་ཐོབ་པའི་སྐབས་སུ་ཉོན་སྒྲིབ་རིམ་སྒྲོང་དང་། བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྒྲུལ་སྒྲུ་ས་དེ་དང་དེའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་དུས་དེ་དང་དེའི་  
 རོས་སྐལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་སྒྲོང་བ་ལ་ནི་རང་དུས་ཀྱི་ཐབས་གཞན་ལ་མི་  
 ལྟོས་པར་སྒྲོང་བུས་ཏེ། མི་སྒྲོང་ན་དེའི་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་ཡང་མི་རུང་ལ། ད་  
 དུང་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་གཞན་ལ་ལྟོས་པས་ས་པོན་མ་སྒྲིན་པ་ལྟ་  
 བུར་འགྱུར་རོ། །ཡེ་ཤེས་དེ་ཐབས་ཀྱི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་སྐྱེན་དང་ཚོགས་ནས་  
 རྒྱ་མ་ལས་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་གྱུར་པས་ས་གོང་མ་གོང་  
 མའི་རོས་སྐལ་གྱི་སྤང་བྱ་སྒྲོང་བ་ཡིན་པས། ཡེ་ཤེས་དེས་འབྲས་བུ་སྒྲིབ་པ་  
 ཐབས་སྒྲིང་རྗེ་སོགས་ལ་མི་བརྟེན་པར་བདག་ཅག་གིས་རྩུང་ཟད་ཁས་བླང་  
 བ་མེད་ཀྱང་། ཉན་རང་ལ་བསྐལ་བ་གྲངས་མེད་གཅིག་གི་ཚོགས་པས་གས་  
 པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བ་མེད་ཀྱང་། དེའི་འབྲས་བུ་ཚོས་ཀུན་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་དག་ལ། ཁྱོད་རང་ཞིང་པ་རྣམས་དང་བཅས་  
 པས་དེ་ལྟར་བརྟེན་ཅིག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དུ་ལམ་ཐམས་  
 ཅད་གཞིལ་ཟེར་བས་ཡབ་སྐུ་མཇལ་པའི་མདོ་རང་གིས་དངས་པ་བཀག་  
 རོན་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། མཐར་ཐུག་ཐེག་གཅིག་འདོད་པ་ལྟར་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་  
 པར་སྒྲོས་མ་དགོས་ལ། མི་འདོད་ཀྱང་རུང་སྟེ་ལམ་འོག་མ་འོག་མའི་ཚུལ་  
 རྣམས་སྐས་གདངས་ལྟར་བརྟན་པ་ཤེས་ནས་རྗེ་བཟང་དུ་སོང་སྟེ་མཐར་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་ལམ་དུ་གཞིལ་བར་རྒྱལ་བ་དང་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་རྣམས་

གྱིས་གསུངས་པ་དེས། ཀུན་རྫོབ་བཀའ་པར་གོ་བ་དེ་ནི་རིང་ནས་ཞེན་པའི་  
 སྒྲིཾ་ཆབ་ཆེན་པོ་དེ་ཞིག་སངས་རོ་མི་འཆར་བ་ཞེས་གསུངས་པ་དེར་གྱིན་ཏུ་  
 དེས་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན། སྒྲིང་བ་ཉིད་དམ་དེ་བཞིན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 མཐར་ཐུག་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་གཞིལ་ཞེས་སྒྲུས་པས། སྒྲིང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་མཐར་ཐུག་རྣམ་མཁྱེན་ཅམ་ལ་གཞིལ་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་  
 པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྒྲུའ་དུ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྒྲར་ནས་ཞེན་པའི་སྒྲིང་ཉིད་མེད་  
 དགག་འབའ་ཞིག་མཁྱེན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དུ་གོ་བར་འདུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེས་ན་མཐར་ཐུག་ཐེག་གཅིག་བསྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་གྲུས།  
 གཙོ་བོའི་ཐེག་དབྱེར་མ་མཆིས་སོགས་ཀྱི་དོན་བཞིན། ལྷ་བས། གང་ཕྱིར་  
 འདིན་དེ་ཉིད་ཤེས་ལས་ཞེས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དོན་བཞིན། བདེན་  
 མེད་སྒྲོས་བྲལ་ལམ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྡན་གྱི་སྒྲིང་ཉིད་ནི་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་ལ་ཆོས་ཅན་ཐ་དད་པས་བྱས་པའི་ཐ་  
 དད་པའི་དབྱེ་བ་ཡང་མེད་དེ། ཆོས་ཉིད་དུ་རོ་གཅིག་པ་དང་། སྒྲོས་པ་དང་  
 བྲལ་བ་དེ་ལས་གཞན་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཟང་ངན་དང་ཆེ་ཆུང་སོགས་མི་འདྲ་  
 པ་མེད་ཅིང་། དེའི་ཕྱིར་དེ་མ་རྟོགས་པར་དུ་སྒྲིབ་པ་མཐའ་དག་སྒྲོང་མི་བྱས་  
 ལ། དེ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་གོས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཐ་དད་དུ་བྱ་  
 པ་མེད་དེ། དེ་རྟོགས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་པའི་ཚུལ་  
 གསུངས་པ་འདིས་ཉན་རང་ལ་སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པར་རྟོགས་པ་མེད་པ་དང་།

རྟོགས་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྟོགས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་བཤད་པ་མངོན་རྟོགས་  
 གྱུན་དང་ཁྱུ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་དགོངས་པ་གཅིག་དུ་སྒྲ་རབས་པ་ལལ་ཆེ་བས་  
 བཞེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་སྡེ་བད་དཀར་ལས། འོད་སྤང་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ན་མུ་དན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཅིག་ཉིད་  
 ཡིན་གྱི་གཉིས་དང་། གསུམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདྲུག་འགྲེལ་  
 དུ་ཡང་བྲངས་པར་མཛད་དོ། །དེས་ན་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་བདེན་གཉིས་དབྱེར་  
 མེད་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་དུ་གཟིགས་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་  
 པའི་ལམ་དུ་གཞོལ་ན་ཡབ་སྐུ་མཇལ་པའི་མདོ་ཡི་ཡུང་དོན་བཀག་ནས་  
 ཆད་སྟོང་དུ་སྔོང་བ་ཅང་འདྲུག་གས། བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་གཟིགས་  
 པའི་གཟིགས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་གནད་ཀྱིས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
 འཐད་པ་ཡིན་ལ། དེས་དོན་དམ་གཟིགས་པའི་ཆ་ནས་རི་ལྟ་བུ་མཐུན་པ་  
 དང་། ཀུན་རྫོབ་གཟིགས་པའི་ཆ་ནས་རི་སྟེང་བུ་མཐུན་པར་འཛོག་སྟེ་དོ་པོ་  
 ལ་གཉིས་སུ་མེད་དོ། །

ཡང་རྩྱུང་ཡིག་ཏུ། རྒྱ་ཀར། གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་སྒོ་དེ་རེ་བཟང་དུ་སྔོང་  
 ཞེས་དང་། འོག་ཏུ་གནས་ཚུལ་ལ་སྒོ་ཞུགས་པར་བྱས་ན་ཞེས་དང་། གོང་དུ་  
 ཐེམས་དང་དག་གི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་དེ་ནི་བརྟག་ན་རྣམ་པར་དབེན་པ་  
 སྐྱུ་མ་བཞིན་དུ་སྟོང་པ་ཡིན་གྱི་དབྱུང་བཟོད་པ་ནམ་ཡང་མི་སྟོན་དོ། །ཞེས་  
 པ་ལྟར་ན། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱང་དེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་

ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ་སྐྱོད་དང་སྒྲོས་བརྟག་ན་ཞེས་སྒྲུས་གིང་། སྟོང་ཉིད་དེ་དག་གི་  
 ཡུལ་མིན་ཟེར་བ་མ་ཚོར་རམ་ཞེས་བཞིན་རས་སྒྲར་ལས་ངན་མོད། མེས་ས་  
 ཁོང་ནས་འཕྱུངས་པས་སྐད་ག་ཟེངས་བསྐྱེད་དེ་སྒྲུའོ། །སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་ཁས་མ་  
 གྲངས་པའི་འགལ་ཁུར་མ་བཟོད་པའི་སྟོང་དུ། སྒྲར་ཡང་སྒྲུའི་ཡུལ་དུ་ཁས་  
 མ་གྲངས་པའི་འགལ་འདྲ་སྒྲོས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་ཐེག་ཆོད་གཅིག་ཀྱང་འགོལ་ཏེ།  
 ཀྱི་མ་ཀུན་བུ་ལྟ་པའི་ལམ་དུ་བཏང་ན་དག་སྒྲོང་གི་ཚུལ་འཛིག་མོད། ད་རེས་  
 འཛམ་གླིང་གི་མ་ཁས་མི་མ་ཁས་བགང་ཡས་པས་སྒྲིག་ཆེན་ཁུར་དུ་འཁྱེར་བའི་  
 གོགས་དན་བྱེད་པར་འདུག་པས་མི་སྒྲོན་སྒྲུམ་ནས་མེས་ས་དཔའ་བསྐྱེད་དེ་  
 སྒྲུས་པ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་ཆེན་པོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱོད་དེ་གང་གི་མིང་ཡིན་  
 པ་སྒྲོས་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་འདོད་ལུག་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ལུག་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་ནི་  
 བ་ལྟ་སོགས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་ཚུལ་དུ་འདོན་ཟེར་བགང་དུ་སོང་། ཅུ་བར། གཞོད་  
 པའི་ཚོགས་རབ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་གཅིག་ལ། །བདག་གི་སྟིང་ལ་ངས་པར་གནས་  
 འཆའ་ན། ཞེས་པ་ངས་མོད། ཁྱོད་ལ་དེ་བས་ཀྱང་ལྷག་པས་འདི་ལྟར་འདོན་  
 ཏེ། གཞོད་བྱེད་རིགས་པའི་ཚོགས་འཕེལ་མོ་འདྲེ་ཞིག་ ཀྱི་རྟུང་སྟིང་ལ་ནམ་  
 ལྷགས་ཆ་ཡང་མེད། །དེ་ནི་ཆོ་མཐར་བདེ་བའི་གོ་སྐབས་ཅི། ཞེས་སོམས་  
 གིག་ ཅེས་སྒྲུས་པ་ལ། ལན་བརྟན་པ། འོ་འོ་ཇི་སྐད་བརྗོད་པ་དེ་ནི་བདག་  
 ཅག་གིས་ཐོས་ན་དགའ་བ་ཇི་ལྟར་མ་བྱས་དབྱར་རྩ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
 ཞེན། འདི་ལྟར་སྒྲོ་གནས་ཚུལ་ལ་ལྷགས་པ་དང་། དེ་རེ་བཟང་དུ་འགྱུར་བ་



སྤྱི་ཡོད་འདོད་དགོས་ལ། འདིར་སློ་འཇུག་ཡུལ་གྱི་སྤྱོད་ཉིད་དེ་བརྟག་ན་  
 དཔེན་ཞེས་སྒྲིམ་པ་སྤྱི་ཡོད་ཉིད་ཀྱང་དེར་འགྱུར་ཏེ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་ཉིད་  
 གྱི་སྒྲིམ་བརྟུན་བྱ་དེ་ནི་བདེན་མེད་མེད་དགག་ལ་གོ་ནས་དེ་བརྟག་ན་དཔེན་  
 པའམ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ནི། དེ་ལྟར་ཁོ་པོ་ཅག་གིས་རི་  
 སྤྱོད་དུ་དམིགས་པ་དང་ཁས་ལེན་པ་དང་སྒྲོས་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་རྒྱུ་པར་རྟོག་པའི་  
 ས་ལས་མ་འདས་པར་མདོ་སྤྱོད་རྒྱུ་ལྟར་དོན་ལྟར་སྒྲོས་བྲལ་བ་སྒྲུབ་  
 པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་དེས་པར་འདོད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་བརྟག་ན་ཞེས་དང་། སྤྱོད་  
 ཉིད་དེ་དག་གི་ཡུལ་མིན་ཞེས་པ་བརྟག་མ་བརྟག་གི་བྱུང་པར་སོགས་དོན་  
 མེད་གྱི་དག་ཁྱོད་རང་གིས་བཀོད་ལ། སེམས་འཇུག་པའི་བཞིན་རས་སྤྱོད་  
 ལས་རན་ཞེས་རང་སྤྱོད་རྒྱུ་ལྟར་གིས་བརྟགས་པ་འབྲེལ་མེད་དེ། དགའ་  
 པའི་བཞིན་རས་སྤྱོད་བསྒྲུབ་པ་ལས་ཅི་ཞེས་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་གོང་དུ་ལེགས་  
 པར་བརྟག་ཟེན་པ་ལྟར། སྒྲོས་བྲལ་ཁས་ལེན་མེད་པ་རྟོགས་པའི་སྤྱོད་དེའི་  
 སྤྱོད་ཡུལ་ལ་སྒྲུབ་དང་ཚིག་གིས་སྤྱོད་བརྟགས་ནས་ཡོད་མེད་སོགས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་  
 ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། མགོན་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཞལ་སྤྱོད་ནས། བརྟུན་པར་བྱ་བ་ལྟོག་  
 པ་སྟེ། །སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ལྟོག་པས་སོ། །ཞེས་སོགས་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེར་གསུངས་པ་  
 གོང་དུ་བྱངས་ཟེན་པ་ལྟར་དམིགས་མེད་སྤྱོད་བྲལ་གྱི་དོན་ལ་སྤྱོད་དམིགས་  
 པ་དང་སྤྱོད་བརྟུན་མེད་པར་འདོད་ཟེན་པ་ལ། སྤྱོད་ཡུལ་མིན་པའི་སྤྱོད་  
 དུ་སྤྱོད་ཡང་སྤྱོད་ཡུལ་མིན་པའི་འགལ་འདུ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པོས་ཐེག་ཆད་ཅི་ཞེས་

འགོལ་ཏེ། རྣམ་མཁའ་མཚོན་གྱིས་མི་ཚོད་པ་ལྟར་སོང་བས་རྣམ་པར་རྟོག་  
 བས་སྒྲོ་བརྟགས་ནས་བཀལ་བའི་ཁྱར་དེ་དག་ཅི་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲར་བསྐྱམས་  
 བར་མཛོད་ཅིག གནས་ལུགས་བཛོད་བྲལ་ལ་སྟོང་མི་སྟོང་སོགས་ཐ་སྟོད་  
 གྱིས་སྒྲོ་འདོགས་པ་མེད་དེ། དེའི་ཕྱིར། ང་ལ་ཁས་ལེན་མེད་པས་ན། །ང་ནི་  
 སྟོན་མེད་ཁོ་ན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གནས་ལུགས་ནི་དམིགས་པ་  
 ཅན་དང་ཁས་ལེན་ཅན་དག་གི་སྟོད་ལུལ་མ་ཡིན་ཞིང་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 མཉམ་བཞག་གི་ལུལ་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ་ལ་སྟོང་མི་སྟོང་སོགས་  
 ཁྱད་པར་དབྱེད་དུ་མེད་པར་འཇུག་འགྲེལ་ལས་གསུངས་པ་བྱངས་ཟེན་པ་  
 བཞིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་འདྲའི་སྟོང་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བརྟག་  
 བ་ཞེས་སྒྱུར་དོན་མེད་དེ། བརྟག་ཏུ་མེད་པ། བརྟན་དུ་མེད་པ། ཞེས་སོགས་  
 སྒྱུ་འདོད་པས་ཅི་ཞིག་སྒྲུབ་རུས་ཏེ། རྒྱལ་བའི་སྒྲས་པོ་མི་གསུང་བཞུགས། །  
 ཞེས་དང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁ་ན་བྱང་བའི། སྒྲུབ་སམ་བཛོད་མེད་ཤེས་རབ་  
 ཡ་ཐོལ་ཕྱིན། །སོགས་སྒྲུབ་གཅན་འཛིན་གྱིས་ལུམ་ལ་བསྟོད་པའི་དོན་བཞིན་  
 དུ་སྒྲུབ་སམ་བཛོད་བྲལ་ལ་སྒྲར་ཡང་སྒྲུ་རྒྱ་ཞིག་རི་ལྟར་ཡོད། །འོན་ཀྱང་དེ་  
 ལྟ་བུའི་དོན་བདག་ཅག་གིས་འདི་ཞེས་ངེས་པ་མི་རྟོག་པས་མེད་དོ་ཞེས་བསམ་  
 བར་མི་བྱ་སྟེ། མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས། དེ་ནི་སོ་སོ་རང་གི་མེད་ན་རི་ལྟར་ངེས། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སོ་སྟེ་ལས་དང་པོ་བསམ་མ་ཤེས་པར་ཟད་ཀྱི། སོ་སོ་  
 རང་གི་པས་རྟོགས་རྒྱུ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མ་མཐོང་ཕྱིར་ན་མེད་པ་མིན། །

ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །འཇུག་འགྲེལ་དུ། རོན་དམ་པ་བསམ་པ་ལ་འཕགས་པ་  
 རྣམས་ཁོ་ན་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། འཇིག་རྟེན་དེ་ཉིད་མཐོང་བས་  
 འཕགས་གཞན་གྱིས། ཅི་དགོས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ལྷན་  
 རོ་ཚད་མར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཏེ་  
 ལྟ་བུ་སོ་སྟེ་ཐ་མལ་བས་དེ་ལྟ་བུ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ལ་འང་སུ་ཞིག་གིས་ཡིད་རྟོན་  
 སྟམ་ན། དེ་བདེན་མོད་ལྷ་བ་གྲགས་པས་ཀྱང་སྟེ་མེད་ཀྱི་གནས་ལུགས་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྱབ་པ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མཛོན་སྟམ་གྱི་ཡུལ་ཡིན་ཀྱང་རིགས་  
 པའི་ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དེའི་ཚུལ་རྗེས་སུ་དབག་པར་གསུངས་པ་  
 ལྟར། ལུང་དང་སྒྲ་མའི་མན་ངག་བྱང་པར་ཅན་གྱིས་ཟིན་པའི་བྱིར་བདག་  
 ཅག་གིས་ཀྱང་རྗེས་སུ་དབག་པའི་སྒྲོན་ས་ངེས་པ་ཅུང་ཟད་སྟེས་ནས་བརྗོད་  
 པ་ཡིན་གྱི། བསམ་མིན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ཁས་སྤངས་པ་དང་། བརྗོད་མེད་ཀྱི་  
 བདག་འདོད་པ་ལྟར་བྲག་ཆའི་རྗེས་སྒྲོས་ཅམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གཤེར་  
 མདོ་སོགས་བརྗོད་བྲལ་སྟོན་པའི་བཀའ་དང་། བསྟན་བཅོས་རྣམས་དང་།  
 སྒྲ་མའི་མན་ངག་དང་། རང་གི་རིགས་པས་ཚུལ་བཞིན་བསམ་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 ཅན་གྱི་སྒྲོས་སྟོང་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་དོན་སྟེ་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་སོ་སོའི་སྟེ་བའི་  
 སུན་ཡོད་ཅེས་འདོད་དོ། །སྟོང་དང་སྒྲའི་ཡུལ་མིན་པ་ནི་དམིགས་པ་ཅན་མིན་  
 པར་གོང་དུ་བསྟན་ཟིན་པས་སྤང་སྟོས་མ་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་རྗེ་ཙོང་ཁ་བས་ཀྱང་མི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རེད་མདའ་བར་ཡུལ་

བའི་ཤོག་དྲིལ་དུ། རྣམ་གྲངས་མིན་པ་ལ་སོ་སྤྱེས་དང་པོ་ནས་འཇུག་མི་རུས་  
པས། དེ་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་སུ་རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་མེད་པ་སོགས་རྣམ་  
གྲངས་པའི་དོན་དམ་གནས་ལུགས་སུ་ཞེན་ནས། དབྱེད་སྒྲོམ་གྱིས་ཞུགས་  
པས་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་མངོན་སུམ་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་དང་།  
དེས་ན་སྒྲོམ་དུ་མ་ཟད་ལྟ་བུས་གཏན་ལ་འབབས་ན་འདྲ་རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་  
དོན་དམ་ལྟར་བྱེད་ན། གང་གིས་བཤད་ནས་གང་གིས་ཉན་སུས་གོ་འོན་  
ཀྱང་ལྟ་བའི་གོ་ཡུལ་ཡང་བཅའ་དགོས་ཞེས་དང་། དེའི་ཕྱིར་ཐལ་འགྱུར་པའི་  
འཕགས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་མཉམ་བཞག་ན་ཁས་ལེན་ཐམས་ཅད་ཞིག་པས་  
རྣམ་གྲངས་མིན་པའི་དོན་དམ་དང་མཉམ་བཞག་བྱུང་མེད། རྗེས་ཐོབ་ན་  
རྟེན་འབྲེལ་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་བདེན་པ་དགག་  
ཏུ་མེད་པར་འཆར་བས། སོ་སྤྱེ་ཐལ་འགྱུར་པས་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པའི་  
རྟེན་འབྲེལ་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་དེས་པར་གནས་ལུགས་ལ་འདྲ་འདོད་དགོས།  
དེ་ལྟར་ཁས་སྤངས་ཀྱང་དེ་ཞིག་ལ་སྒྲོན་དུ་མི་འགྱུར་ཞེས་གསུངས་གིང་། རྣམ་  
གྲངས་མིན་པ་འཕགས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་འདི་དག་ཕྱིས་རྩོམ་  
གྱི་ནང་ཆོན་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་གྱིས་གདམས་པར་གསུངས་པ་འདིས།  
དང་སང་གི་བརྗོད་ཚུལ་ལྟར་མེད་དགག་འབའ་ཞིག་སྟོང་ཉིད་མཐར་ཐུག་ཏུ་  
མི་བཞེད་པར་གསལ་ཏེ། རང་བཞིན་མེད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གཟུགས་བརྟན་  
ལྟ་བུ་བདེན་གཉིས་བྱུང་འཇུག་དེ་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་སུ་ཁས་སྤངས་

ཀྱང་། དེ་ཞིག་སྒྲོས་བྲལ་དུ་མ་སོང་ཡང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་ཡིན་པས་འགལ་བ་མེད་ཚུལ་གསུངས་པ་འདི་ནི་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་ངེས་ཤིང་། གསུང་གཞན་ཙུ་འཇུག་གི་ཁྲི་ཀ་སོགས་སུ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པ་དང་། རྟེན་འབྱུང་འགལ་མེད་དོན་གཅིག་ཏུ་འཆར་ཚུལ་གསུངས་པས་བདག་ཅག་གིས་ཀྱང་ལེགས་པར་བཤད་པ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་ལ་ཡིད་ཆེས་སྒྲེས་པ་ཡིན་གྱི། ཚུལ་དེས་གནས་ལུགས་མེད་དགག་འབའ་ཞིག་ཏུ་གོ་བ་གང་ན་ནས་ལེགས་པར་སོང་ངོ་། །དེ་འབྲའི་སྟོང་རྟེན་འབྱུང་ཟུང་འཇུག་འབྲུ་འབྲལ་མེད་པར་གོ་ན། དེ་ལ་གོམས་པས་སྒྲོས་བྲལ་ལ་ངེས་པ་རང་ཐུགས་གིས་སྒྲེ་བ་འོང་ཞིང་། མེད་དགག་འབའ་ཞིག་ལ་མཉམ་བཞག་ཅི་ཙམ་གོམས་ཀྱང་སྒྲོས་བྲལ་ལ་ངེས་པ་འདྲན་མི་རུས་པར་མཐོང་སྟེ། དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་སྣང་སྟོང་ཡ་མ་བྲལ་བ་ཡིན་པ་ལ། ཡ་གྲུལ་གཅིག་ཏུ་བཟུང་བས་ནམ་ཡང་མེད་དགག་གི་སྒྲོས་པ་མི་ཞིག་པར་མཐོང་ངོ་། །དེས་ན་ལྷ་མགུར་དུ། འཇམ་དཔལ་སྟིང་པོ་ཡིས་བྱ་ཞིག་བཏང་བས་ཞེས་པ་ལྟར་ལེགས་པར་བསམ་ན་ལྷ་ཕྱིའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་གི་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་འཆར་ཞིང་། དེ་ལྷ་ན་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པར་མཐོང་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཆེ་བ་ཡོད་པར་སེམས་ཀྱང་གཞན་དག་ལ་ཅི་ཆ། འདི་ན་སུ་ཞིག་ཐོན་བྱ་ལམ་དུ་བཏང་བ་ལས་ཞིག་མི་དགའ་བ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད། རྣམ་གྲོལ་དོན་གཉེར་

ཅན་དག་གིས་དེ་ཁོན་ཉིད་ཚོལ་བའི་འབེལ་གཏམ་མཛད་པ་ནི། ཉིད་ཀྱི་སྤར།  
འཇམ་དབྱངས་མཁུན་པའི་གཟི་འོད་རྟག་འབར་ཞིང་། །སྤ་ཞིབ་རིགས་པའི་  
ངར་ལྗན་སྤྲས་པའི་མཚོན། །བལྟ་བར་བསྐྱལ་བ་གནས་ཚུལ་གསལ་བའི་མིག་ །  
སྤོང་བའི་སྒྲལ་བར་རིངས་པའི་སྦྱར་བ་བསྟེན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤོང་ཉིད་ཆེན་པོ་ཞེས་བཞེད་པའི་སྤྱད་དེ་གང་གི་  
མིང་ཡིན་པ་སྒྲོས་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་འདོད་ལུག་ད་ལྟ་ཉིད་རྒྱ་ལྟག་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེས་སྒྲུས་པ་ལ། མི་ཆེ་རིལ་པོར་སྤོང་ཉིད་ལ་སྤོ་སྤྱངས་ཀྱང་སྤོང་ཉིད་ཆེན་  
པོ་ཕྱགས་གར་ཡོད་མ་འཁོལ་བར། དེད་ཀྱིས་སྤྱོད་གོས་པ་མི་སྤྱི་མོད་ཀྱི།  
འདོད་ལུག་ཐག་ཚད་རྒྱ་ཡོད་ན་འདི་ལྟར་སྤྱོད་སྟེ། འདིར་གཅིག་རྒྱ་བྲལ་སོགས་  
ཀྱི་རིགས་པས་དངོས་པོ་གང་ལ་ཡང་དབྱད་བཞེད་རྒྱུ་བ་བརྟལ་ཙམ་མ་མཐོང་  
བ་དེའི་ཆེ། དབྱད་བཞེད་རྒྱ་མེད་པ་དེ་ཉིད་བདེན་སྤོང་རྒྱ་གོ་ནས། དེ་འདྲའི་  
སྤོང་བ་དང་སྤྱང་བ་གཉིས་ཐ་དད་ལ་བྲལ་རྒྱ་མ་སོང་བར་སྤྱང་བ་ཉིད་སྤོང་བ།  
སྤོང་བ་ཉིད་སྤྱང་བ་སྟེ། སྤྱང་སྤོང་བྱང་འཇུག་རྒྱ་གོ་བ་དེའི་ཆེ་སྤོང་བ་ཉིད་རྟེན་  
འབྱུང་རྒྱ་གར་བ་སོགས་ཐ་སྤྱད་ཅི་བཏགས་ཀྱང་དོན་ལ་སྤོང་ཉིད་བཞེསྦྱར་  
གྱི་དགོངས་པར་གོ་ཞིང་། དེ་འདྲའི་བྱང་འཇུག་དེ་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་  
སྤྱབས་ན། དེའི་དོན་ལ་གོ་མས་པའི་ཆེན། སྤྱང་ཞེས་དེ་འཛིན་པའི་སྤོ་གཅིག་  
དང་། སྤོང་ཞེས་དེ་འཛིན་པའི་སྤོ་རེས་འཛིག་གཉིས་ཀྱིས་སོ་སོར་འཛིན་མ་  
དགོས་པར་སྤྱང་སྤོང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་ངེས་པ་སྤྱེས་ཏེ། དེའི་ངང་རྒྱ་གོ་མས་

པའི་མཐུན། སྒྲུང་བ་དང་སྒྲོང་བ་སོགས་སྟོགས་རེ་བའི་དམིགས་པ་དང་ཁས་  
ལེན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཏེ། ཁས་ལེན་མེད་ཀྱང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་  
ལ་དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་འདུག་གོ་སྒྲུམ་པའི་ངེས་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་སྟེ་རྒྱ་ཡོད་  
པ་འདི་ཙམ་ཞིག་མྱོང་བ་དེ་ཆོག་གི་ལམ་ནས་མཆོན་རྒྱས་ཀྱི། སྒྲོས་བྲལ་རྗེས་  
མཐུན་པ་མྱོང་ཚུལ་ནི་ཆོག་གིས་མཆོན་ནས་བསྟན་མི་རུས་ཏེ། གཞན་གྱིས་  
བརྗོད་མིན་སྟོན་ཅིག་སྟེས་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། རྟོགས་ཆེན་སོགས་  
སྟགས་ཀྱི་མན་ངག་ཐེབས་པ་དང་། ཐབས་ཀྱིས་དཔེ་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་བྲངས་  
བ་རྣམས་ལས་བདག་ལྟ་བུ་ཆོག་གི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྗེས་དཔག་གིས་དབྱུང་  
བ་གཙོ་བོར་བྱེད་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་བདེན་གཉིས་ཟུང་  
འདུག་གོང་ན་མདོ་ཙམ་སྒྲོས་པ་དེས་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་འདུག་དོགས་ཙམ་མཆོན་  
རྒྱས་ལ། དེ་འདྲའི་གོ་མྱོང་ཐ་མོ་ཙམ་སྟེས་པའི་དུས་ན་ཡང་བདེན་གཉིས་ཐ་  
དད་པའི་ཚུལ་དུ་དབྱུང་བའི་གོ་ཡུལ་ཙམ་ལས་ཆེས་ལྷག་པའི་བདེན་མེད་ལ་  
ངེས་པ་སྟེ་ཚུལ་ཁྱད་པར་ཅན་འབྱུང་བར་མཐོང་གི་བདེན་མེད་ཀྱི་འཛོན་སྒྲུངས་  
ཁོ་ན་ཆེད་དུ་བྱ་མི་དགོས་པར་མཐོང་ངོ་། །བདག་ཅག་གིས་ནི་ཚུལ་འདི་རྗེ་  
ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཏུ་གོ་སྟེ། སྒྲུང་བ་རྟོན་འབྱུང་བསྟེ་  
བ་མེད་པ་དང་། སྒྲོང་བ་ཁས་ལེན་བྲལ་བའི་གོ་བ་གཉིས། རི་སྤྱིང་སོ་སོར་  
སྒྲུང་བ་དེ་སྤྱིད་དུ། གཏུང་བྲུབ་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མེད། ཁམ་ཞིག་  
ངེས་འཛོག་མེད་པར་ཅིག་ཆར་དུ། རྟོན་འབྲེལ་མི་བསྟུར་མཐོང་བ་ཙམ་ཉིད་

ནས། །དེས་ཤེས་ཡུལ་གྱི་འཛིན་སྣངས་ཀུན་ཞིག་ན། །དེ་ཆོ་ལྟ་བའི་དབྱུང་བ་  
 རྫོགས་པ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རམ་ཞིག་སྣང་སྣང་དེས་འཛིན་  
 གི་ཚུལ་དུ་འཛིན་མ་དགོས་པར། བདེན་གཉིས་ཡེ་ནས་འདུ་འབྲལ་མེད་པའི་  
 གནད་གྱིས། རྟེན་འབྱུང་བ་སྤྱི་མེད་གྱི་སྣང་བ་ཡིན་པར་མཐོང་བ་ཙམ་ནས།  
 ཟུང་འཇུག་མཐའ་བྲལ་གྱི་གནས་ལུགས་ལ་དེས་ཤེས་སྒྲིལ་ཏེ། རྟོང་མི་རྟོང་  
 རོགས་དམིགས་པའི་གནད་སོའི་ཡུལ་གྱི་འཛིན་སྣངས་ཐམས་ཅད་ཞིག་པའི་  
 རྫོགས་བྲལ་རྗེས་མཐུན་པ་དེ་ལྟ་བུ་གོ་ན་ལྟ་བའི་དབྱུང་བ་རྫོགས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་  
 བས་ལྟག་པོར་དབྱུང་དུ་མེད་དེ་གནས་ལུགས་ཟུང་འཇུག་གི་དོན་གོ་བ་ཡིན་  
 པས། དེའི་རང་དུ་གོམས་པས་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་འདྲན་པར་འགྱུར་བ་  
 ཉིད་དུ་གསུངས་པ་གོར་མ་ཆག་སྟམ་དུ་སེམས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་  
 དེར་སང་རྗེའི་བརྒྱུད་འཛིན་ནམས་གྱིས་དེ་འདྲའི་འཁྱོགས་བཤད་གྱིས་རྗེའི་  
 དགོངས་པ་བསྐྱད་པ་ཡིན་ཞེས་འཁྱོགས་ཐམས་ཅད་ནས་དགག་པ་མང་དུ་བྱུང་  
 བས་རྗེའི་བརྒྱུད་འཛིན་དག་གིས་རྗེ་སྤྱི་མའི་དགོངས་པ་མི་མཁྱེན་པར་གཞན་  
 ཞིག་གིས་ཤེས་སོ་ཞེས་སྒྲུ་བར་མི་རིགས་པས་འོན་ཏེ་ལྟར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་  
 རུབ་ལས་ཅི་ཡོད། གལ་ཏེ་དེ་འདྲ་རྒྱལ་བ་སྤྱི་བཙུག་གྱི་རིང་ལུགས་དང་  
 རྗེ་སྤྱི་མའི་བཞེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་འཛིན་པ་དེ་ནི། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་  
 གསང་མཛོད་བསྐྱུང་བ་དང་། གཞན་དག་སྤྱིའི་གཉེར་ཁ་བ་ཙམ་དུ་སོང་ཀྱང་  
 དེ་ལྟར་ཤེས་མཁན་སྤྱི་ཞིག་ཡོད། རྗེ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས། རང་བཞིན་མེད་



པའི་རྟེན་འབྱུང་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་ལ་གནས་ལུགས་སུ་ཞེན་ནས་བསྐྱེམ་  
 བས་སྒྲོམ་བྲལ་ནམ་པར་མི་རྟོག་པ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་འདྲེན་པར་གསུངས་  
 བ་དང་། རེ་ཞིག་ཅེས་པའི་ནམ་བཙད་ཀྱང་དོན་ཡོད་པ་དང་། ནམ་གྲངས་  
 མིན་པའི་དོན་དམ་གྱི་རང་མཚན་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་ཡུལ་དུ་གསུངས་པ་སོགས་  
 གྱིས་ཤེས་རུས་མོད་ཀྱང་དམ་པ་མཚོག་དེའི་གསུང་གི་ལུང་ནམས་མང་དུ་མ་  
 སྒྲོམ་ཏེ། ཁབ་མགར་གྱི་ཁྱིམ་དུ་ཁབ་བཙོང་པའི་དཔེ་ལྟར་སྒྲོམ་མི་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་རྗེའི་ཕྱིས་ཚུམ་ནམས་སུ་མདོ་སྡེ་ནམས་གྱི་དངོས་བརྟན་གྱི་  
 དོན་ཅམ་ལ་ངེས་པ་མ་སྒྲེས་པར་དང་པོ་ནས་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པ་མི་བྱ་བར་  
 གསུངས་པ་དང་། ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པ་ཅམ་གྱི་རང་དུ་འབྱམས་ཀྱང་དེས་  
 གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་གོ་མི་ཆོད་པས། བདེན་མེད་གྱི་འཛིན་སྣངས་  
 དགོས་པར་མ་གསུངས་སམ་ཞེ་ན། གསུངས་མོད་དེ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་བདག་  
 ཅག་གིས་ཀྱང་འདོད་དེ། མདོ་ལམ་གྱི་སྟོང་ཉིད་ལ་ངེས་ཤེས་སྒྲེ་བ་ལ་དབྱད་  
 པ་རྫོགས་དགོས་གྱི་མཐའ་བྲལ་བརྫོད་བྲལ་གྱི་ཆོག་ཅམ་ལ་སྟོའི་རྟེན་བཙས་  
 བས་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པ་དེ་དག་མཐའ་བཞི་བྲལ་ཚུལ་གྱི་ངེས་ཤེས་མ་སྒྲེས་  
 པར་མཐའ་བཞི་བཀག་པའི་དགག་རྟོག་ཅམ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར། གནས་  
 ལུགས་ནི་ཤེས་རྒྱ་ཞིག་མ་ཡིན་ཞེས་པ་ཅམ་ལས། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་  
 ངེས་ཤེས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྒྲི་དཀའ་བས་དེ་ཅམ་གྱིས་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་  
 གོ་ཅི་ཡང་མི་ཆོད་དེ། རྒྱལ་དབང་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་གྱི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས་

ཀྱང་། ཚུལ་འདི་མི་ཤེས་སྟོང་པ་ལྟར་ཆད་པ། ཚིག་ཏུ་ཡོད་མེད་མཐའ་བྲལ་  
ཞེས་སྒྲུ་ཡང་། །བྲལ་གཞི་མི་ཤེས་སྟོང་ཕྱི་ལྟ་བུ་ཅན། །བསྟན་པ་འདི་ལས་  
ཕྱི་རོལ་གྱུར་པའི་ཕྱིར། །ནམ་མཁའ་ཡིད་ཅན་ཐལ་བས་བྱགས་པར་རུང་། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་མཐའ་བྲལ་པར་སྐྱད་ཀྱང་མཐའ་འཛིན་ལ་གནས་  
པ་དེ་ལས། །རིགས་པས་དབྱུད་པས་བདེན་མེད་དུ་བཟུང་ནས་དེ་དང་ཐ་སྟོང་  
ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཟུང་འཇུག་ཏུ་གོ་ན། །གནས་ལུགས་སྟོས་བྲལ་ལ་ངེས་པ་འབྱེན་  
ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པའི་སྟོང་ཡིན་ཆད་རྟ་ཤང་གི་  
ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ནག་དག་སྟོང་དེས་སྒྲིབ་དཀར་ནག་གང་ཡང་ནམ་མཁའ་  
ལ་སྒྲིབ་པ་ལྟར་རྣམ་རྟོག་གང་ཡང་མི་བྱ་བར་ཅོམ་མེར་བཞག་པ་དེ་ཁོན་ལས་  
ཐབས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་མི་དགོས་པའི་དཀར་པོ་གཅིག་ཐུབ་ཏུ་བཤད་  
ཅིས་སྟར་གྱི་དཔེ་རྣམས་སུ་སྒྲུང་བས། །དེ་འདྲའི་ལམ་དེས་གནས་ལུགས་ལ་  
ངེས་ཤིང་སྟོང་མི་ལུས་ཏེ། །འཛིག་རྟེན་པ་དག་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་ན་ཡང་། །ཞེས་  
སྟགས་ཀྱི་ལུང་དོན་བཞིན། །རྟ་ཤང་གི་ལུགས་དེ་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལས་བཀག་ནས།  
རང་ལུགས་ལ་དབྱུད་པས་བྱངས་པའི་ངེས་ཤིང་གི་སྟོང་ནས་མཐར་སྟོས་བྲལ་  
རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འཇུག་ཚུལ་སྟོམ་རིམ་གསུམ་དུ་གསལ་བ་  
ལྟར་རོ། །དེར་མ་ཟད་འཕགས་ལུལ་བཅ་གྲུབ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དབུ་མའི་  
སྟོམ་རིམ་ཆད་ལྟར་འདི་སྟོང་ཅིག་པོད་དུ་བཞུགས་པ་འདི་དག་དབུ་མའི་སྟོམ་  
ཚུལ་མཁྱེན་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡང་དག་དང་དམ་པའི་མན་ངག་ཉིད་དུ་འདོད་

དགོས་པར་མངོན་ནོ། །དང་སང་ནི་སྒྲོས་ཅིར་ཡང་མ་བཟུང་པན་ཆོད་ཏེ་ཤང་  
གི་ལྷགས་ཡིན་པར་བྱས་ནས་དེ་ལ་ཆད་ལྟོ་ཞེས་ཟེར་གྲང་། ཏེ་ཤང་གིས་  
ཅིར་ཡང་འཛིན་པར་མི་བྱའོ་སྒྲམ་དུ་འཛིན་པ་དེ་འཛིན་པ་ལས་མ་འདས་པས་  
ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མ་སྤྱིན་གྲང་ཆད་ལྟོ་ཞེས་བརྗོད་  
བཤོན་མེད་དེ། ཆད་ལྟོ་ནི་རྒྱ་འབྲས་སོགས་ཡོད་པའི་དོན་ལ་སྐྱར་འདེབས་  
ཀྱི་འཛིན་སྐྱངས་ཅན་དུ་ངེས་ལ། ཅིར་ཡང་མ་བཟུང་བ་ལ་ཅི་ཞིག་ཆད་པར་  
ལྟོ། དེའི་སྤྱིར་ཏེ་ཤང་གི་ལྷགས་དེ་ལ་ཆད་ལྟོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། ལྟོ་བའི་ཐད་  
ནས་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅི་ཡང་མི་འཛིན་པ་དེ་ལས་གཞན་སྤྱིན་སོགས་  
ལམ་ཀྱི་ནམ་པ་ཀུན་མི་དགོས་པར་འདོད་པ་དེའི་ཆན་སྐྱར་ཆད་ལྟོར་བཏགས་  
པ་ཡིན་གྲང་དང་སང་འཛིན་མེད་ལ་ཆད་ལྟོར་བརྗོད་པ་དེ་དག་གིས་ནི་ཆད་  
ལྟོ་ཁོ་རང་ཡང་ངོས་ཟེན་མི་སྤང་ན། ཆད་ལྟོ་ཡིན་མིན་ག་ལ་ཤེས། སྤྱིས་ཀྱི་  
མཁས་པ་དག་གིས་བདེན་མེད་འབའ་ཞིག་ཏུ་འཛིན་པ་ལ་ཆད་ལྟོ་ཞེས་ཆོ་ལ་  
གྲང་། བདེན་མེད་དུ་འཛིན་པ་ལ་ཆད་ལྟོའི་སྤྱོད་ཅུང་ཟད་མེད་གྲང་། ཐ་སྙད་  
དབྱུང་བཟོད་མེད་པ་ལ་བདེན་སྟོང་དུ་མ་གོ་བར་དགག་བྱ་ཡན་གར་བ་བཀག་  
པའི་བདེན་མེད་དང་དེ་ལ་གནས་ལྷགས་མཐར་ཐུག་ཏུ་བཟུང་ན་གནས་ལྷགས་  
ནི་སྟོང་རྒྱང་འབའ་ཞིག་ཏུ་སོང་བས་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སྤང་བའི་ཆད་ལྟོར་  
འགྱུར་རོ། །དེས་ན་རིགས་པའི་དབྱུང་པས་དངས་པའི་མཐའ་བུལ་གྱི་གནས་  
ལྷགས་གོ་ནས་ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དངས་ཏེ་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པ་

ལ་ཏ་ཤང་གི་ལྟ་བ་དང་ཆད་ལྟའི་དྲི་ཙམ་ག་ལ་བྱོ་སྟེ། ལྟ་བ་ངན་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་གཉེན་པོ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་དམིགས་པ་ཅི་ཡང་  
 མི་འཛིན་ཆད་ཏ་ཤང་གི་ལྟ་བ་ཡིན་ན། འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ག་ལྟར་  
 འཛིན་མེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་གནས་སྒྲུང་གི་བག་ཆགས་ཐུ་བ་  
 ཡང་མེད་པའི་གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་འདེད་པ་ཐལ་བར་ཁས་ལེན་དགོས་  
 ལ། དེ་ལྟར་ན་སོ་སྟེའི་གནས་སྐབས་སུ་ལྟ་བ་གཏན་ལ་ཐབ་ཅིང་སྒྲོམ་པའི་  
 གྲུབ་འབྲས་སུ་དབུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཐམས་ཅད་ཏ་ཤང་གི་ལྟ་བ་ཅན་དུ་  
 འགྱུར་བར་སྒྲུ་ན་དེ་ལས་འགལ་འདུ་ཆེ་བའི་ཁས་ལེན་ཅི་ཞིག་ཡོད། ལྷགས་  
 ཀྱི་མན་ངག་རྣམས་སུ་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པར་འཛོག་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་བཞག་  
 ཐབས་ཙམ་ཡིན་ཀྱི་ལྟ་བ་དང་ཡེ་ཤེས་གང་ཡང་མིན་ལ། བཞག་ཐབས་དེའི་  
 རྒྱལ་གྱིས་སྒྲ་མའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ན་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་བ་ཡོད་དེ།  
 དཔལ་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་སར་ཏའི་དོ་ཏ་སྟེང་པོ་དོ་རྩེའི་སྒྲུ་ལས། བསམ་  
 དང་བསམ་བྱ་རབ་ཏུ་སྤངས་ནས་སུ། བསམ་མེད་བྱ་ཆུང་རྒྱལ་དུ་གནས་བྱ་  
 ཞིང་། སྒྲ་མའི་ལུང་ལ་བསྒྲིམ་སྟེ་རབ་འབད་ན། །ལྟན་ཅིག་སྒྲིམ་པ་འབྱུང་  
 བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ཅིས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཐྱིར་རྒྱལ་ཚབ་ཆེན་  
 པོས་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྱེད་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ། འཇུག་པ་  
 རྣམ་པ་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་བཤད་པའི་སྐབས་སུ། དམིགས་པ་ཐེག་ཆེན་ནས་  
 བརྟན་པའི་དོན་ལ་མོས་ཤིང་། ཆོགས་བསམས་པ། མཚན་མ་ནི་མི་མཐུན་

ཕྱོགས་དང་། གཉེན་པོ་དང་། ཡུལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། ཡུལ་ཅན་རྟོགས་པ་  
 ལ་མཚན་མར་ཞེན་པ་སྤང་བ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་མི་དམིགས་པ་ཡང་དག་  
 པའི་སྒྱུར་བ་ཆོས་ཉིད་བརྗོད་མེད་ལ་གནས་པ། དེ་ལས་མཉམ་རྗེས་སྤང་  
 མེད་དང་སྤང་བཅས་འབྱུང་ཚུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་དང་། དེའི་ཕན་ཡོན། གོང་  
 ན་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་ཆོས་སྐྱུ་ཐོབ་ནས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གཟིགས་ཤིང་  
 ཆོས་སྟོན་པར་གསུངས་ནས། ཏུག་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡང་  
 བཞིར་བཤད་དེ། དང་པོ་གཉེན་པོ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ནི། རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། ཆོས་སུ་འཛིན་པ་དང་། གང་ཟག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། སྐྱེ་བ་  
 དང་འགག་པར་ཡོངས་སུ་གྱུར་པར་འཛིན་པ་དང་། ཆོས་ཅན་དང་ཆོས་ཉིད་  
 ཐ་དད་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། ཐ་སྐྱད་ཏུ་མེད་པའི་སྒྱུར་འདེབས་དང་རྣམ་པ་ལྟའི་  
 གཉེན་པོ་ཉིད་ཏུ་གསུངས་ཤིང་། མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་ཤེས་  
 པའང་རྣམ་པ་ལྟས་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ནི་འདི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་  
 སྐབ་པའི་སྒྲོ་ནས་ཇི་བཞིན་བསྟན་ཏུ་མེད་པས། དེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དགག་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པ་དེ་ལྟ་བུ་དང་བུལ་བའི་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཅིར་ཡང་  
 མི་རྟོག་པའི་ཚུལ་ཁོང་ཏུ་ཆུད་པའི་ཐྱིར་གསུངས་པ། ཡིད་ལ་མི་བྱེད་ཡང་དག་  
 འདས། ཉེ་བར་ཞི་དང་ངོ་བོའི་དོན། ཁཛོན་རྟགས་འཛིན་པ་རྣམ་པ་ལྟ། །  
 སྤངས་པའི་རང་གི་མཚན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེའི་དོན་ནི།  
 འཛིན་རྟེན་ཐ་སྐྱད་ཀྱི་སྒྲོས་པ་སྟེ་སྐྱེ་དོན་འདེས་འཛིན་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཡིད་ལ་མི་

བྱེད་པ་ཙམ་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་ཏེ་བྱིས་པ་རྒྱུད་དུའི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །  
ཅིང་ཞིབ་ཀྱི་རྣམ་པའི་རྟོག་དཔྱད་ལས་འདས་པ་ཙམ་གྱིས་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། བསམ་  
གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཉི་པར་  
ཞིབ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། འགོག་སྟོང་མས་སོགས་སེམས་མེད་ཀྱི་གནས་  
སྐབས་བཞིན་ནོ། །ངོ་བོ་ཉིད་རྟོག་གམ་སེམས་ཀྱི་རྟོག་པ་གཏན་མེད་པའི་  
མི་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་ཀྱང་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། མིག་སོགས་དབང་པོ་  
བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་མི་བྱའོ་སྟུང་དུ་མངོན་རྟགས་སུ་འཛིན་པ་འམ་  
བཀྲ་བར་འཛིན་པ་ཙམ་ཞིག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་  
རྟགས་སུ་འཛིན་པ་དེ་ཉིད་མཚན་མར་འཛིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་ཀུན་  
མཁྱེན་གཉིས་པས་འགྲེལ་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ན་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ནི་ཅིར་  
ཡང་མི་རྟོག་པ་ཡིན་མེད་ཀྱི་བཤད་མ་ཐག་པའི་ལྷ་པོས་མི་རྟོག་པ་དང་མི་  
མཚུངས་པར་གསུངས་པ་འདི་དག་གིས་རྒྱལ་ཚབ་ཆེན་པོས་ཀྱང་རྣམ་པར་  
མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྟན་གྱི། དེ་  
མིན་པར་འཛིན་པ་ཅན་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལྷ་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་  
གསུངས་མི་དགོས་ཏེ། དེ་འདྲའི་དོགས་པ་སྐྱེ་བ་ཙམ་ཡང་མེད་དེ། མི་རྟོག་  
ཡེ་ཤེས་དེའི་ཁྱད་པར་ནི། འཁོར་འདས་ལ་སྒྲུང་དོར་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་  
དང་། སྤངས་རྟོགས་ཉི་ཆེ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྤིང་ཞིར་མི་གནས་པ་དང་།  
གཞན་དོན་དུ་རྟག་ཏུ་བཞུགས་པ་དང་། འདིའི་གོང་ན་གཞན་མེད་པའི་ཁྱད་

པར་རྣམ་པ་ལྟར་གསུངས་སོ། །མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་དེའི་བྱེད་ལས་ལྟ་ནི། རྣམ་  
 རྟོག་མངོན་དུ་སྒྱུ་རིང་དུ་བྱེད་པ་དང་། སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བ་  
 ལྟར་བ་དང་། སྒྲིབ་པ་གཉིས་བྲལ་བར་བྱེད་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པ་དང་། སངས་རྒྱས་གྱི་ཞིང་  
 སྦྱང་ཞིང་སེམས་ཅན་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ཐམས་  
 ཅད་མཁུན་པ་ཉིད་གཏོང་པར་བྱེད་པ་ལྟར་གསུངས་སོ། །དེ་འདྲའི་མི་རྟོག་  
 ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཀྱང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྣང་བའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་སྣང་དུ་ཟིན་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་ནས་ཆོས་ཉིད་ལ་མཉམ་  
 པར་བཞག་པས་གཟུང་འཛིན་གྱི་སྣང་བ་རིམ་པར་སྦྱངས་ཏེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་དམིགས་པ་དང་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཐོབ་པར་  
 གསུངས་པས་ན། མི་དམིགས་པ་དང་འཛིན་པ་མེད་པ་ཐམས་ཅད་ཏེ་ཤང་  
 གི་ལྷགས་སུ་བྱས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་སྒྲིང་པོ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་ལ་རྒྱབ་གྱིས་སྦྱོགས་པས་ཆོས་སྣང་གི་ལས་ཆན་པོ་ཆེ་རེ་བསགས་མ་  
 དགོས་ཅིམ་ཕྱུང་ན་ལེགས་པར་མངོན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་འདུས་པ་རྟོག་ལས།  
 པང་ནས་སྒྲེས་གྱིས། སང་གའི་གཟུགས་ཅན་ལ་ཡི་ཆོག་གིས་དེད་གྱི་སྒོ་གོས་  
 མ་བསྐྱར་ཅིག ཅེས་སྒྲེས་པ་དང་ཚུལ་འདྲ་བར་སྒྲ་མ་གོང་མའི་གསུང་དང་  
 མན་ངག་བརྒྱད་པའི་རིམ་པས་གནས་ལྷགས་གྱི་དོན་ལ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་  
 བདག་ཅག་རྣམས་ལ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཛིན་རྟེན་གྱིས་དེ་ལྟར་མིན་ནོ་ཞེས་

ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་དུ་བཅུག་ཀྱང་། བ་སྐྱེའི་ཅེ་མོ་གཡོ་བ་ཙམ་གྱི་སོམ་ཉི་ཡང་  
 བསྐྱེད་བར་མི་རུས་ཏེ། མེད་དགག་གི་སྟེང་ནས་སྒྲོས་བྲལ་ལ་ཡང་འཇུག་བ་  
 ཡོད་ཀྱི། སྒྲོས་བྲལ་རྟོགས་ནས་མེད་དགག་དུ་མར་ལྷུང་བ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞི་བ་ལྷ་སོགས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་རྩལ་དུ་བཏོན། ཟེར་བ་གང་དུ་སོང་ཞེས་  
 ཟེར་བ་གང་དུ་འང་མ་སོང་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ཉིད་དུ་གནས་སོ། །གཞན་  
 ལ་འདི་སོམས་ཤིག་ཅེས་གདམས་པ་དེ་ནི་ཉིད་རང་གིས་ཐུགས་བསམ་ཡང་  
 ཡང་མཛད་པར་རིགས་སོ་ཞེས་སྒྲུར་འབུལ་ན་དགེས་པར་བཞེས་སུ་གསོལ་  
 ལོ། །གཞན་ཡང་འདི་སྐད་དུ། ཐོག་མེད་དུས་ནས་བདག་འཛིན་གདོན་ཆེན་  
 རོ། །འགོ་ཀུན་སྟོང་ལ་ཞུགས་ཤིང་དེ་ཡི་སྒྲུབ། སྟོང་ཉིད་བསྒྲུབ་པ་འང་གནད་  
 དུ་སྒྲིན་དཀའ་བ། །དེ་ལ་ལྟོས་ན་གདོན་གཞན་ཅིས་མེད་གྱུར། །ཤིད་པའི་  
 བདེ་འཕྱོར་ཀུན་ཀྱང་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི། །རྒྱ་ཕྱིར་ཆེ་མཐའི་བདེ་བ་སྐྱེལ་འང་  
 དཀའ། །སྒྲ་མའི་མན་རག་བདུད་རྩིའི་བཅུད་འཐུང་བ། །འགའ་ཞིག་བདེ་  
 བས་བདེ་བར་འགོ་ཞེས་གསུམ། །བདེ་འམ་སྟུག་ཀྱང་ཐོག་པ་མཚོག་གི་ལམ། །  
 ཡིད་ཆེས་དད་པས་སྟོང་ལ་རབ་བརྒྱུད་ན། །འཇམ་པའི་དབྱངས་སོགས་སྒྲས་  
 བཅས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི། །ཐུགས་རྗེས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་གོར་མ་ཆག །ཨ་ཉོ་  
 སྟོང་པའི་དབྱིངས་དང་སྟོང་རྗེའི་སེམས། །ཐན་རྩྭ་འགའ་བ་བཞིན་དུ་འཕེལ་  
 གྱུར་བས། །ཟག་མེད་བདེ་བའི་ལང་ཚོ་བགྲས་རྒྱུད་དང་། །བྲལ་བའི་གོ་  
 འཕང་འགོ་འདིས་རྟེན་གྱུར་ཅིག །ཅེས་ཀྱང་སྒྲས་སོ། །



ཡང་ཅོད་ཡིག་ཏུ། འོག་ཏུ། བརྗོད་བྱ་སྟོང་ཉིད་ལ་ཅོད་སྟོང་། རྗོད་བྱེད་ཐེག་  
ཆེན་ལ་ཅོད་སྟོང་ཞེས་བྲིས་ལ། ཉན་ཐོས་སྡེ་བས་སྟོང་ཉིད་མཐོང་བས་ཅི་  
ཞིག་བྱ་ཞེས་ཅོད་པ་ལ། བྱོད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་མཐོང་བའི་སྟོ་གང་ན་ཡོད་ཁས་  
ལེན་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་མ་སྒྲིས་སམ། བྱོགས་སྡེ་བྱི་གཉིས་ཀས་བདེན་པ་ཅི་  
རིགས་མཐོང་ནས་གྲོལ་བར་གསུངས་མོད། བྱོད་ཀྱིས་མཐོང་བའི་སྟོ་མེད་  
བར་གྲོལ་ཟེར་བས་བྱོད་རང་གྲུབ་མཐོང་ཡུང་གསུམ་པའི་བྲི་ལ་རིགས་ལམ་  
བདུད་ཅིས་ཚུས་དབང་བསྐྱར་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་འོ་ཀར་ཤར་མདོར་སྟོང་ཉིད་བཤད་ཟེར་ཏེ་ཤར་མདོ་སྒྲ་མིན་པར་གསལ་  
ལ། ཡང་བདེན་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོར་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་  
སྟོན་པར་གྱུར་ན་ཟེར་བ་ཅུ་བ་བསྐྱར་མ་རུས་པར་གསལ་ཏེ། འགལ་འབྲུལ་  
མཐོང་ཡས་བ་སྒྲ་ཞིག་གིས་འགོད་པར་རུས་ཏེ་དོར་བར་བྱ་བ་ཁོན་པོ། །འདི་  
རྒྱད་ཏུ། དྲུངས་བྱེད་ནོར་བུའི་རང་བཞིན་རྣམ་རིག་བསམ། རྟོག་པའི་བྱི་མ་  
གཞན་དུ་ཆོལ་མ་གྱུར། །དོན་གསལ་ཆོག་གི་མེ་ལོང་དག་པ་ལ། རྣམ་དཔྱོད་  
པོར་གྱིས་སྟོངས་འབྲུལ་རིམ་བྲིས། །ཡ་གུལ་པོར་བའི་ཟུང་འཇུག་དབུ་མ་  
ཆེ། །རིག་འཛིན་ཞིག་པོའི་ཐུགས་དམ་རྟེན་གྱི་ཐུལ། །སུན་འབྱེན་རིགས་  
པའི་སྒྲ་ཆོགས་བརྩོ་བོ་ཡིས། །མོ་གཤམ་སུ་ཡི་ལྷ་མ་དུ་དོང་སྟེལ་ལོ། །ཞེས་  
སྒྲས་སོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ལ་ལན་བསྟན་པ། བརྗོད་བྱ་སྟོང་ཉིད་ལ་ཅོད་སྟོང་  
སོགས་བསྟན་པའི་རྒྱབས་ན། ཉན་ཐོས་སྡེ་བས་སྟོང་ཉིད་མཐོང་བས་ཅི་

ཞིག་བྱ་ཞེས་བཀོད་པ་ལ། བདག་ཅག་གིས་སྟོང་ཉིད་མཐོང་བའི་སྒོ་གང་ན་  
ཡོད་པའི་ཁུངས་མ་ཚོད་ནས་ཁས་ལེན་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཁུངས་ཚོད་ནས་དམིགས་པ་མཐའ་དག་བྲལ་བའི་དོན་གྱི་དབྱིངས་ལ་  
སྟོང་ཉིད་དུ་འདོད་པས་དེ་འདྲའི་དམིགས་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་ཉན་ཐོས་སུ་མ་བྱུང་  
དེང་སང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དབུ་མར་ཁས་འཆིབ་དག་ཀྱང་སྒྲག་ནས་སྤངས་  
ཏེ་སྤྱགས་གར་ཡོད་མི་ཤེས་པ་དག་ཀྱང་མཐོང་ལ། བདག་ཅག་གིས་སྟོང་  
ཉིད་ཅི་ཡིན་ཀྱང་མ་ཤེས་ན་དེ་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་པ་དང་ལན་འདེབས་པར་ཡང་  
རི་ལྟར་འགྱུར། དམིགས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ཞིང་དམིགས་པ་  
ཅན་གྱི་སྒོའི་ཡུལ་མིན་ན། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་སྒོ་ཡི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་མི་  
འགྱུར་ཡང་། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་སྒྲིད་ཡུལ་དུ་དམིགས་པ་གང་ཡང་མེད་དེ།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མྱོས་སྒྲིད་ལས། དོན་དམ་པར་ན་འཕགས་པའི་ཤེས་  
རབ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མདུན་ན་ཆོས་གང་ཡང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའོ། སྤང་  
བའོ། བསྒྲུམ་པའོ། མདོན་དུ་བྱ་བར་འགྱུར་བའི་ཆོས་གང་ཡང་མི་འདུག་  
གོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲིས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཡིན་  
གྱི་དམིགས་པ་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་དམིགས་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་  
དེ་དོན་དམ་པ་མདོན་སུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེས་དམིགས་པར་  
གྱུར་བའི་ཆོས་དེ་དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་འགྱུར་བས། འཕགས་པའི་མཉམ་  
བཞག་གི་སྟོང་ཉིད་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ན་སྟོང་ཉིད་བདེན་གྱུ་བ་ཏུ་ཁས་སྤངས་

ཀྱང་སྒྲོན་མེད་པར་གཞན་སྟོང་མེད་གཏི་ང་རོ་སྒྲོགས་པའི་མཁས་གྲུབ་དག་གིས་བཞེད་པ་ལྟར་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་གྱིས་ཤིག་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀྱིས་བདེན་པ་ཅི་རིགས་མཐོང་བས་གྲོལ་བར་གསུངས་པ་བདེན་མོད་ཀྱི། བདག་ཅག་གི་ལུགས་ལ་སྟོང་ཉིད་མཐོང་བའི་སྟོང་མིགས་པ་ཅན་ཞིག་མེད་ཀྱང་དམིགས་མེད་དུ་མཐོང་བའི་སྟོང་མེད་ན་མི་གྲོལ་བར་འདོད་པས་དེ་ཅག་རིགས་ལམ་ལུང་སུམ་པར་བྲི་འདོན་མི་དགོས་ཀྱི། དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྟོང་ཉིད་སྒྲུབ་དེ་དག་གྲུབ་མཐའ་ལུང་གསུམ་པའི་བྲི་ལ་མངའ་གསོལ་མཛོད་ཅིག་ཤར་མདོ་སྒྲུབ་ལྟ་བུར་ཀྱང་དཔེ་མི་དམིགས་པའི་སྟོང་ཉིད་བསྟན་གྱི། དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྟོང་ཉིད་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་དུ་མས་འགོག་པར་མཛད་པས་དཔེ་དོན་གྱི་མདོ་སྒྲུབ་པོར་འདོད་དོ། །ཅེ་བར། དམིགས་པས་ལུང་བར་གྱུར་རྣམས་ལ། །སྟོང་པ་ཉིད་ནི་སྟོན་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་བདག་ཅག་གི་ལུགས་ལ་བསྐྱར་དགོས་པ་གང་ཡང་མི་འདུག་སྟེ། དམིགས་པས་ལུང་བ་རྣམས་ལ་དམིགས་མེད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་བསྟན་པས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མཐའ་དག་གྲོལ་བར་བྱེད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་དམིགས་པ་ཅན་དུ་བསྟན་ཞེས་ནི་མ་གསུངས་སོ། །སྒྱིར་སྟོང་ཉིད་བསྟན་པའི་སྐབས་ན། བདག་ཅག་གི་གཞུང་གང་དུ་འང་བདེན་གྲུབ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མ་སྦྱར་ཅུང་། སྟོང་ཉིད་དུ་གོ་བྱས་ལ། བདེན་གྲུབ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྦྱར་གྱང་མཐར་བདེན་མེད་སྟོས་བྲལ་ལ་གོ་བྱས་པས་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་པའི་མིང་གིས་བསྟན་དོན་དེ། རྒྱལ་བ་

ཀུན་གྱིས་སྤོང་བ་ཉིད། །ལྟ་ཀུན་དེས་པར་འབྱིན་པར་གསུངས། །ཞེས་པ་  
ལྟར་སྤོང་ཉིད་རང་ལ་མཚན་མར་ཞེན་པའི་འདུ་ཤེས་བྱས་ནས་དམིགས་པ་  
ཅན་དུ་མཐའ་གཅིག་དུ་འཛིན་པ་མི་དགོས་པར་འདུག་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་ཆོས་  
དབྱིངས་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་ལ་ཡ་གུལ་མ་ཚང་བའི་དོན་གང་ཡང་མི་  
འདུག་ཅིང་། དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་འཛིན་པ་མ་ཞིག་པའི་རྣམ་རྟོག་ཐ་མལ་བ་གང་  
ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་མཚོན་གྱིས་མི་བྱེད་པ་ལྟར་རྟོག་གའི་སྒོས་རྩུང་  
ཟད་ཀྱང་བསྐྱོད་དུ་མེད་པར་མཐོང་བས་ན། བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་འབྱིན་དེ་དག་ནི་  
བྱེད་རང་གི་ཆོག་སྒྲུབ་བཅད་ཀྱི་དོན་ལྟར། མོ་གཤམ་གྱི་བུ་ཡོད་མ་སྐྱོང་ན་དེའི་  
ལུས་ཞིག་གསར་དུ་བསྐྱུན་པའི་བཟོ་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་མི་སྲིད་པའི་དཔེ་ལྟར་  
སྒྲུབ་འབྱིན་དེས་ཀྱང་རྩུང་ཟད་གཞོད་པ་མ་བྱས་པར་གསལ་ལོ། །གཞན་དག་  
བདེ་མེད་འདོད་ནས་སྒྲུབ་པའི་ངག་ །དུག་ཅན་ཟས་བཞིན་རང་གཞན་ཀུན་  
ལ་གཞོད། །པན་པའི་སེམས་གྱིས་ལེགས་པར་བརྟེན་པའི་ངག་ །རི་ལྟར་གྱུར་  
ཀྱང་ནད་ལ་བཀྱ་སྒྲུན་བཞིན། །ཆོས་བཟང་རིགས་པས་རྣམ་པར་དཔྱོད་པ་  
དང་། །བསྟན་འགྲོར་པན་པའི་བསམ་པ་བཟང་པོ་དང་། །ཞེན་ལྟ་སྤངས་  
ནས་ཚུལ་བཞིན་བརྟེན་པ་རྣམས། །དུག་གསུམ་མེད་པའི་དགོ་རྩ་བཟང་དང་  
ལྟན། །རྩ་བ་བཟང་པོ་ལས་སྐྱེས་མེད་ཀྱི་སྐྱེད་ཆལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལེགས་  
བསྟར་ན། །དུས་ཀྱི་མཐར་ཡང་སྐལ་བཟང་སྐྱེ་བོ་ཡི། །དགའ་སྟོན་ཉམས་  
པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་ཀྱང་སྒྲུས་སོ། །ཡང་རྩོད་ཡིག་དུ། གཉིས་

པ་ནི། རྟོང་ཉིད་ལུང་གིས་བསྟན་ཀྱང་གོ་དཀའ་བའི་ཕྱིར། རྒྱུ་ཆེར་རོལ་བར།  
 བདུད་ཅི་ལྟ་ལུང་ཆོས་ཤིག་ཁོ་བོས་རྟོན། །སྤུལ་བསྟན་ཀྱང་གོ་བར་མི་ལུས།  
 ཞེས་གསུངས་ལ། ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱལ་བས་ངས་ནི་བདུད་  
 ཅིའི་དབྱིངས་ཀྱི་སྒོ་དབྱེའོ། ཞེས་སྟོན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དགོན་  
 བཙུགས་སུ། སངས་རྒྱལ་པའི་རུབ་མོ་ནས་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་བར་  
 ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མ་གསུངས་ཞེས་པ་སྒྲུ་རི་བཞིན་པར་ཐལ། རྟོང་ཉིད་སྟོན་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཤར་མདོར། རྟོང་ཉིད་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་ཡས་  
 པས་བསྟན་ཕྱིར་མདོ་སྡེ་ཀུན་གྱི་རྒྱལ་པོ་བཤད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་ཞིང་།  
 དྲང་ངེས་ཀྱི་མདོ་སྡེ་ཀུན་ལ་སྒྱུར་འདེབས་སུ་འགྱུར་ཏེ། བདེན་གཉིས་སྟོན་  
 པའི་མདོ་མེད་པའི་ཕྱིར། ལྷ་བས། རྟོང་ཉིད་དོན་ཅན་ངེས་དོན་གསེས་པར་  
 གྱིས། ཞེས་གསུངས་པ་ལ། གསེས་རྒྱ་མེད་དེ། ངེས་དོན་རྒྱས་བརྗོད་མི་ལུས་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་བསྒྲོག་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཅུ་གསུམ་སུ། རྒྱ་རྣམས་ཀྱི། དམ་  
 པ་ཞེས་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། རྒྱ་མཆོན་ཁེགས་པའི་ཕྱིར། མདོན་རྟོགས་  
 རྒྱུ་དུ། རྒྱ་ཆོགས་འདི་གསུངས་པ་ཞེས་པ་འང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དྲང་ངེས་  
 རྒྱ་ཆོགས་མེད་པའི་ཕྱིར། འཕགས་པ་ལྟས། ཡང་དག་མཐོང་ན་གནས་མཆོག་  
 ལ། ཞེས་དང་། སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་ཡུལ་གྱུར་པ། །བདག་མེད་ཅེས་ནི་བྱ་  
 བར་བརྗོད། ཅིས་དང་རྒྱུད་སྤྱུར། ཟབ་མོ་སྤྲོ་མོའི་ཚུལ་བསྟན་པ། ཞེས་  
 དང་། གསེས་བྱ་ཐམས་ཅད་རྣམ་ཀུན་རྟོང་པ་ཞེས། །གསུངས་ནས་ཡང་འདིར་

རྒྱལ་རྣམས་སེམས་ཅན་ལ། །བདེ་གསེགས་སྡིང་པོ་ཡོད་ཅེས་ཅི་སྟེ་གསུངས་  
 ཞེས་དང་། དབུས་མཐར། དེ་བཞིན་བརྗོད་པ་རགས་པ་ཡིན། ཞེས་དང་།  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་པར། རྣམ་པ་དྲུག་གིས་ཆོས་ཉིད་ལ། །  
 འཇུག་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་སྟེ། ཞེས་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ལ། འཇུག་  
 པ་རྣམ་པ་དྲུག་གིས་ཏེ། ཞེས་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། མཚན་  
 ཉིད་མདོ་བཞིན་བརྗོད་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གཞུང་དུ་མ་གྱུང་  
 བསྒྲིགས་ཏེ་བཤད་པར་སྟོན་ཡང་རེ་ཞིག་མ་སྟོས། མདོར་ན་རྒྱུད་སྒྲ་མ་དང་།  
 དབུ་མ་རིགས་ཆོགས་སོགས་ཀྱི་མིང་དོན་ཅུང་ཡང་མ་ཤེས་པར་ཟད་དོ། །  
 ཞེས་ཟེར་བ་འདི་ལ་ལན་ལེགས་པར་བརྗོད་པ། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པར། བདུད་  
 ཅི་རྩ་བུའི་ཆོས་གཞན་ལ་ལུང་གིས་བསྟན་ཀྱང་གོ་དགའ་བར་གསུང་རྒྱུ་དེ་  
 བྱོད་ཀྱིས་འདོད་པའི་བདེན་མེད་མེད་དགག་འདི་ལ་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་  
 དང་། ཚངས་དབང་གིས་བསྒྲུལ་ནས། བདུད་ཅི་འདི་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲོ་དབྱེའི་ཞེས་  
 གསུངས་པ་འང་དམིགས་པ་ཅན་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་འདི་ཡིན་ན་ལས་སྤྱོད་པར་འཇུག་  
 ཀྱང་། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པར། ཟབ་ཞི་རྒྱལ་བུལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བུས། །  
 བདུད་ཅི་འདི་ཆོས་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་པར་གྱུར། །སྤྱོད་པ་སྟན་ཀྱང་གཞན་  
 གྱིས་མི་ཤེས་ཏེ། མི་སྤྱོད་ནས་འདབས་གནས་པར་བྱ་བ་སྟུམ། ཆོག་བུལ་  
 དག་གི་ལམ་གྱིས་མ་གོས་པ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ཆོས་རང་བཞིན་ནམ་མཁའ་  
 འདྲ། །སེམས་དང་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་བ་རབ་གྲོལ་བ། །མཆོག་རབ་འོ་མཚར་ཆེ་བ་

དམ་པ་ཤེས། འོན་ཏེ་ལ་འདི་ནི་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་སྟུ། ཤེས་པར་མི་རུས་  
མཛེས་པས་རིག་པ་ཡིན། རྫོན་གྱི་རྒྱལ་ལ་ལྷག་བྱས་སེམས་ཅན་རྣམས། །  
དེ་དག་ཆོས་འདི་ཐོས་ན་ཡིད་ཆེས་འགྱུར། འདི་ན་ཆོས་ནི་གང་ཡང་ཡོད་མ་  
ཡིན། ཡོད་མེད་གང་ཡིན་དེ་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། གང་གིས་རྒྱ་དང་བྱ་བ་བཟང་  
ཤེས་པ། འདི་ལ་ཡོད་པ་འཇམ་མེད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པས། རྫོན་  
གྱི་རྒྱལ་སྟོན་བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་མཐུ་ལས་  
བྱུང་བའི་སྡེ་སྟོན་གསུམ་གྱི་བཀའ་འདི་དག་མིན་པའི་བཀའ་གཞན་བོད་ན་  
ཡོད་པར་མ་ཐོས་ཀྱང་། བྱེད་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ་གཞན་སྟོང་ཉིད་དམིགས་  
པ་ཅན་དུ་སྟོན་པའི་མདོ་ཞིག་གཟིགས་པ་ཡིན་ལས་ཆེ་སྟེ། འདི་ན་གསུངས་  
པ་ལྟར་ཡིན་དགོས་ན་བདེན་མེད་སྟོས་བྲལ་ཉིད་དུ་གསལ་གྱི་སྟེ་ཡི་ལམ་དང་  
སྟོས་དམིགས་པ་ཅན་དུ་མ་གསུངས་པར་བསྟོན་འདིར་དུ་མེད་ལ། འོན་ཏེ་  
དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་བཀའ་ཡང་རང་གི་ཞེ་འདོད་ལྟར་བཀྲོག་ན་རི་ལྟར་  
བཀྲོག་རྒྱ་འདུག དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཁུན་  
དགོས་ན། འདི་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་འདུག་པ་སྟོ་ལྟར་  
དག་ལ་སོམ་ཉི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། འདི་ཐུར་དེ་འདྲའི་ཟབ་མོ་སྟོས་པ་  
དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་བདུད་རྩིའི་དབྱིངས་ཀྱི་སྟོ་བྱེ་བར་བདག་ཅག་གིས་  
འདོད་དོ། འདི་ལྟར་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ནི་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པས་བྱིས་  
པས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་དཀའ་བ་ནི། སྤྱད་པར། འདྲེན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་འདི་ཟབ་

སྟེ་མཐོང་བར་དགའ། །སྤྱི་ཀྱང་རྟོགས་པ་མེད་ཅིང་ཐོབ་པར་འབྱུང་མེད་  
པ། །དེ་ཕྱིར་ལན་མཛད་བཅེ་ལྟན་བྱང་ཆུབ་བརྟེན་ནས་འདི། །སེམས་ཅན་  
ཆོག་སྤྱི་ཤེས་སྒྲུབ་སྤྱུགས་ཁྲལ་ཆུང་བར་མཛད། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་  
གནས་ལ་དགའ་ཞིང་ཡུལ་རྣམས་འདོད། །འཛིན་ལ་གནས་ཤིང་མི་མཁས་  
སྤྱོད་མོངས་སུ་བ་བཞིན། །ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི་གནས་མེད་འཛིན་མེད་  
དེ། །དེས་ན་འཛིན་རྟེན་དག་དང་ཚོད་པ་འབྱུང་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་  
དམིགས་པ་ཅན་ཞིག་རྟོག་གཏེ་ཡུལ་དུ་བྱུང་བ་ལ་ཟབ་མོ་དཔག་པར་དགའ་  
བ་ཞེས་ཅི་ཡང་མི་འདུག་པས་རྟོག་གཏེ་ཀུན་ལས་འདས་པ་ཞེས་གསུངས་སོ། །  
དམིགས་མེད་སྒྲོས་བྲལ་ནི་ཟབ་པའི་ཕྱིར་ན་གྲུབ་མཐའ་འོག་མ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས།  
དབུ་མར་སྤྱོད་བ་དག་ཀྱང་ད་ལྟ་མི་མཐུན་པར་སྤྱོད་བ་འདིས་དངོས་སུ་མཚོན་  
པར་བྱས་སོ། །མཛོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། མཐོང་བ་ལ་སོགས་བཀག་བ་ཡིས། །  
དེ་ནི་རྟོགས་པར་དགའ་བར་བཤད། །གཟུགས་ལ་སོགས་པར་མི་ཤེས་  
ཕྱིར། །དེ་ནི་བསམ་མི་བྱུང་བར་འདོད། །ཅིས་དང་། རྒྱུད་སྤྱོད་མ་ལས། བྱ་  
ཕྱིར་ཐོབ་པའི་ཡུལ་མིན་ཏེ། །དོན་དམ་ཡིན་ཕྱིར་བསམ་བྱའི་མིན། །ཆོས་  
ཉིད་ཟབ་ཕྱིར་འཛིན་རྟེན་བའི། །བསྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་ཡུལ་མ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པ་འདི་རྣམས་སྤོང་གི་གོང་འོག་ཏུ་སྒྲོས་པའི་སུན་འབྱེན་དེ་དག་གི་  
སྤྱོགས་སྤྱར་བྱས་པའི་ཕྱིར་ན། རྒྱལ་བ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱི་བཅུ་འདྲའི་དབང་ཕྱུག་  
རྣམས་ཀྱི་གསུངས་ལས་རིང་དུ་བསྐྱལ་བས་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་སྟེའི་བསྟན་དོན་



གང་ན་ཡོད་ད་གཞོན་ཚོ་ལ་དགོས་པར་སྤང་ན་བྱང་ངེས་ཇི་ལྟར་འབྱེད་ཅུས།  
 ད་ཀོན་བརྩེགས་སོགས་སྟུ། སངས་རྒྱས་པའི་རྩལ་མོན་སྤང་བ་ལས་འདས་  
 གྱི་བར་དུ་ཚིག་གཅིག་མ་གསུངས་ཞེས་པ་སྒྲུ་ཇི་བཞིན་པར་ཐལ། ལྟོང་ཉིད་  
 ལྟོན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་སྒྲོ་རྩིང་སྟེ་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་དམིགས་པ་མེད་པའི་  
 ལྟོང་ཉིད་བསྟན་པ་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱི། ལྟོང་ཉིད་བསྟན་པ་མེད་ཅེས་མ་  
 ལྟོས་སོ། ། ལྟོང་ཉིད་ཞེས་པ་ཐ་སྟོན་དུ་ཚིག་གཅིག་མ་གསུངས་པ་ལ་གོ་  
 བ། ལྟོང་ཉིད་མ་བསྟན་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་བསྟན་པ་ཡོད་ན་ཅི་ཞིག་འགལ། དེས་  
 བ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཚེས་འཁོར་གསུམ་གསུངས་པ་ཡོད་ན་ཚིག་གཅིག་ཐ་སྟོན་  
 དུ་མ་གསུངས་པ་ག་ལ་སྤིད། དེའི་དགོངས་པ་གང་ཞེན། དམིགས་མེད་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྟུས་ལྟོན་པ་དང་། གང་ལྟོན་པ་དང་། ཇི་ལྟར་  
 བསྟན་པ་མི་དམིགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ཡོན་པར་སྤང་བྱངས་  
 པའི་མདོ་ཡི་ཡུང་གིས་གསལ་བར་བསྟན་ལ། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཚིག་གཅིག་མ་  
 གསུངས་ཤེས་སྒྱུར་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་ཚིག་གཅིག་མ་སྒྲུས་པར་  
 འགྱུར་བ་སོགས་སྟུ་ཐལ་ལོ། །ཤེར་མདོས་དམིགས་པ་མེད་པའི་ལྟོང་ཉིད་  
 རྒྱུ་ཆེར་བསྟན་པས་མདོ་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་འདོད་པ་སྤང་ཡང་བཤད་  
 ཟེན་ཏོ། །བྱང་ངེས་ཀྱི་མདོ་ཀུན་ལ་སྒྱུར་འདེབས་སྟུ་ཐལ་བ་བདག་ཅག་གི་  
 ཡུགས་ལ་མེད་དེ། དམིགས་པ་མེད་པའི་ལྟོང་ཉིད་ལྟོན་པ་དེ་དག་ངེས་དོན་  
 ཀྱི་མདོ་སྟེ་ཡོན་ལ། དམིགས་པ་ཅན་ཀུན་རྫོབ་ལྟོན་པ་བྱང་དོན་དུ་མདོ་འདི་

ཉིད་གྱིས་བསྟན་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་དེས་དོན་གྱི་མདོ་སྡེ་ལ་བརྟེན་ཀྱང་། རི་  
སྤྱང་དམིགས་པ་ལ་གནས་པ་དེ་སྤྱང་དྲུང་དོན་དྲུ་འགྱུར་བར་གོང་གི་མདོ་  
ལུང་ན་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བདེན་གཉིས་སྟོན་པའི་མདོ་མེད་ཅེས་  
སྒྲ་བ་སུ་ཡང་མེད་པས་འདིའི་ཕྱོགས་སྒྲ་གང་ན་ཡོད་ཀྱི་ཅུང་མ་ཆོད་པར་སུན་  
འབྱེན་སུ་ལ་བརྟོན། དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྟོང་ཉིད་སྟོན་པའི་མདོ་སྡེ་དེས་དོན་  
ཡིན་ན། དངོས་དངོས་མེད་གཉིས་པོ་བྱལ་བྱེད་དུ་བྱས་ནས། དེ་ལས་གཞན་  
པའི་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཀག་པ་ཐམས་ཅད་དྲུང་དོན་ཅམ་དུ་  
མ་ཟད་ཉ་ཤར་གི་ལུགས་སུ་འགྱུར་དགོས་པས། དེ་ལྟ་ན་དངོས་དངོས་མེད་  
ཐ་སྟོང་དུ་སྤྱང་ཆོད་ཀྱི་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་སྟེ་གཅིག་ཀྱང་མི་འགོག་པར་  
བདེན་གྲུབ་ཁོན་བཀག་དགོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་དངོས་དངོས་མེད་ཀྱི་ཆོས་སྟེ་  
ཆོགས་སུ་སྒྲུང་བའི་གཉིས་སྒྲུང་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བྱུལ་  
བས་གསུངས་པར་མ་གྱུར་ལ། གཟུང་འཛིན་ཡོད་པ་ཉིད་སྟོོད་དོན་མཐུན་དང་།  
གཟུང་འཛིན་མེད་པ་ལོག་ཤེས་སུ་ཐལ་བས་དོན་དམ་ནི་གཟུང་འཛིན་མེད་  
པའི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་ཞེས་པའང་ཆོག་ཅམ་དུ་སོང་བས་དེས་དོན་གྱི་མདོ་སྡེ་  
ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲུར་བ་བཏབ་པར་འགྱུར་རོ། །

ཟླ་བས་སྟོང་ཉིད་དོན་ཅན་དེས་དོན་ཤེས་པར་གྱིས་ཞེས་གསུངས་པ་ལ། ཤེས་  
རྒྱ་མེད་ཅེས་སུས་ཀྱང་མ་སྒྲིས་སོ། །གལ་ཏེ་དེས་དོན་སྟོང་ཉིད་སྒྲིས་བརྟོན་  
མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སྒྲ་ན། འདི་ནི་དེས་དོན་སྟོང་ཉིད་ལ་མ་ཁས་པ་ལས་

ཞོག་ རྟོག་གའི་གཞུང་ལ་སློ་གསལ་བ་དག་གིས་ཀྱང་བརྟེན་མི་འོས་པ་སློ་  
 ཅིང་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཏེ་བརྟེན་མི་རྣམས་ཞེས་པའི་དོན་འདི་སྤྱི་མཆོན་གྱི་དབང་  
 ཏུ་བྱས་ན་ཐ་སྟད་ཏུ་མེད་པ་རི་བོང་གི་རྩ་ཡང་བརྟེན་འདོད་ཀྱིས་བརྟེན་རྣམས་  
 བ། ཐ་སྟད་ཏུ་ཡོད་པ་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྟོས། རང་མཆོན་གྱི་དབང་ཏུ་བྱས་ན།  
 དེས་དོན་སྟོང་ཉིད་ཏུ་མ་ཟད་བུམ་སོགས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱས་དངོས་  
 སུ་བརྟེན་མི་རྣམས་ཏེ། རང་མཆོན་སྐྱས་དངོས་ཀྱི་བརྟེན་བྱ་མ་ཡིན་ལ། དེ་  
 དངོས་སུ་བརྟེན་མི་རྣམས་པར། རྟོག་གའི་གཞུང་ལས་བཤད་དེ། ཚད་མ་མདོར།  
 རང་རང་རིག་བྱ་ཐ་སྟད་ཀྱིས། །བསྟན་མིན་ངོ་བོ་དབང་པོའི་ཡུལ། ཞེས་  
 དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤྱི་ཡུལ་དང་ཡུལ་མིན་གྱིར། ཞེས་དང་། ཟུང་  
 པར་རྣམས་ལ་སྐྱ་དག་ནི། །འཇུག་པ་མིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་དང་། སྐྱ་ལ་  
 རྟོག་པའི་རང་ཚུལ་ཅན། །མདོན་སུམ་དོན་ལ་འཇུག་མི་བྱེད། ཅེས་སོགས་  
 གྱུ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟར། སྐྱས་དོན་རང་མཆོན་དངོས་སུ་བརྟེན་ན་སྐྱ་སྤྱི་  
 ཡུལ་ཏུ་དོན་དེ་དག་མདོན་སུམ་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐལ་བས་དེ་ལྟ་ན་སྟོང་ཉིད་ཅེས་  
 བརྟེན་པས་སྟོང་ཉིད་མདོན་སུམ་རྟོགས་པ་སོགས་ཏེ་ཅང་ཐལ་བ་མང་ཡང་  
 མ་སྟོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་རྣམ་འགྲེལ་ལས། བརྟེན་ལ་སྟོས་པའི་རང་ཚུལ་ཅན། །  
 མདོན་སུམ་དོན་ལ་འདོན་མི་བྱེད། ཅེས་དང་། དབང་པོ་བྱ་བ་མེད་པ་ལ། །  
 གཞན་དག་ཅམ་གྱིས་སྤང་མེད་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་ཏུ་བརྟེན་  
 ལ་བརྟེན་ནས་དོན་རྟོགས་ཚུལ་ལ་དབྱུང་ན་བརྟེན་བྱ་རྟེན་བྱེད་ལ་དངོས་དང་

ཞེན་པའི་ཚུལ་གཉིས་སྤྱར་ནས་ཕྱ་བཞིར་དབྱེ་བ་ཡོད་ཀྱང་། སྤང་བརྟག་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་མིང་དང་ཚིག་གི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཐམས་ཅད་བརྗོད་ཅིང་རྟོགས་སུ་རུང་བ་ཐ་སྟོན་སྤྱི་ཡི་འགོ་ལུགས་ཡིན་པ་མ་ཤེས་པར་སྐྱས་དངོས་སུ་བརྗོད་མི་རུས་པ་ལ་བསམ་ན། རང་མཚན་གྱི་ཚོས་གཅིག་ཀྱང་བརྗོད་མི་རུས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་སྤོང་བ་ཉིད་ནི་སྐྱས་དངོས་སུ་བརྗོད་མི་རུས་པ་ཙམ་ཞིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་སྤྱི་འདོན་གྱི་སྒྲོ་རྟོག་གི་ཡུལ་མིན་པ་ཙམ་ལ་བཤད་ན། དེ་ཐ་སྟོན་དུ་རང་མཚན་ཡོད་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་གྱི་འགོ་ལུགས་ཡིན་ཞིང་། རྟོག་གའི་གཞུང་ལས་གྲགས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་ལས་མ་འདས་པས་ན། རྟོག་གའི་སྤྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་པའི་རང་བཞིན་དུ་རི་ལྟར་འགྱུར། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། ལུམ་སོགས་དངོས་པོ་དང་། མཁའ་སོགས་དངོས་མེད་དེ་དངོས་དངོས་མེད་གྱི་ཚོས་སུ་གཏོགས་པའོམ། དགག་པ་དང་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་རང་རང་གི་དོ་བོ་དེ་དང་དེར་དམིགས་གིང་བརྗོད་རུས་པ། དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་དོན་གནས་ལུགས་སྤོང་བ་ཉིད་ནི། དངོས་དངོས་མེད་དམ་དགག་སྐྱབ་གྱི་མཐའ་གང་རུང་ངམ། གཉིས་ཡིན་གཉིས་མིན་གང་དུ་འང་བརྟག་པ་དང་བརྗོད་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་བརྗོད་དུ་མེད་པ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སྤོང་བ་ཉིད་དང་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་སོགས་གྱི་མིང་གི་སྒྲོ་ནས་

དེའི་ངོ་བོ་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བ་སྤང་སྟོང་གང་རུང་འེེ་བྱོགས་སུ་  
མ་ལྟར་བ་སོགས་མདོར་ན་དགག་བ་དང་སྐྱབ་པའི་སྒོ་ནས་དེའི་བྱང་པར་གྱི་  
ཆོས་ལ་དཔྱོད་པའི་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཆུ་པ་ཇི་སྟེད་པ་ཁ་ནས་ཆོག་ཏུ་འབྱིན་ཏེ་  
བརྗོད་པ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་དོན་བཞིན་དཔྱོད་པའི་རྟོག་པ་ནི་མེད་པ་མ་  
ཡིན་ལ། དེ་ནི་དེའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་ཡིན་ཏེ། མདོ་དང་བསྟན་བཅས་  
ནམས་སུ་ལྟག་མཐོང་བཤད་པའི་སྐྱབས་སུ་སྦྱར་རང་དང་ངོ་བོ་དང་བྱང་པར་  
ལ་དཔྱོད་པ་བཞིར་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དབྱང་པས་གནས་ལུགས་  
དམིགས་མེད་བརྗོད་བྲལ་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་དེ་དོན་སྦྱོའི་  
ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་ཀྱང་། བསྟན་པ་དང་གྱུབ་མཐའ་གཉིས་སུ་གསུངས་པའི་  
བྱི་མ་དེར་གཏོགས་པ་ཡིན་ཅིང་སྟོང་ཉིད་དོན་སྦྱོའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཐ་  
སྟོན་གྱང་བྱར་རུང་ངོ་། །མདོན་སུམ་རྟོགས་པའི་ཆོན་དེ་འབྲེལ་བརྗོད་བྲལ་  
གྱི་རང་མཆོན་དངོས་སུ་མཐོང་བའམ་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱད་དུ་ངེས་  
དོན་སྟོང་ཉིད་སྟོན་པའི་མདོ་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་སོགས་ལས་ཇི་སྟེད་གསུངས་  
པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་སྐྱེད་དང་ཆོག་གི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་སྦྱོའི་  
ཚུལ་དུ་རྒྱུ་པར་རྟོག་པས་གཏན་ལ་ཁབ་པ་ཡིན་གྱང་། གཏན་ལ་དབབ་པར་  
བྱ་བའི་དོན་དམ་ལ་མཐའ་དང་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུ་པ་རྩུང་ཟད་གྱང་བསྐྱབ་  
པ་དང་བརྗོད་པ་མེད་ལ། དེ་ཐམས་ཅད་བཀག་པའི་བྱིར་ན་བརྗོད་མེད་དུ་  
གཏན་ལ་ཁབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁ་ནས་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་རྒྱུ་

ཡོད་མེད་དང་། རོན་དམ་ལ་དམིགས་པ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལུལ་འདི་དང་འདི་ལྟ་  
 བུའོ་ཞེས་བརྗོད་དུ་ཡོད་མེད་ནོར་ནས་གཞན་ལ་བརྒྱལ་བ་ནི་གཞན་ལུགས་  
 ལ་གཞོད་པ་རྩུང་བྱས་པའི་སྤྱོད་ལུལ་རང་གི་སྤོ་གྲོས་ཀྱི་རང་མཚན་  
 བརྟན་པ་དགོད་བྱོ་བའི་ཚུལ་དུ་སོང་ངོ་། །

དེའི་ཕྱིར་བརྗོད་མེད་བསམ་མེད་རྟོག་མེད་སྤྱོད་མེད་ཅེས་བརྟན་པའི་ཆོ།  
 བརྗོད་མེད་མ་ཡིན་ཏེ་བརྗོད་མེད་ཅེས་ཁ་ནས་བརྗོད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 བསམ་མེད་མ་ཡིན་ཏེ། བསམ་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྟོག་མེད་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རྟོག་མེད་དུ་རྟོག་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤྱོད་མེད་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་མེད་དུ་སྤྱོད་པའི་  
 ཕྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་གོ་ན། བརྗོད་མེད་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་རྣམས་བཅད་དང་གཞན་  
 གེལ་ལ་ཡང་གོ་བ་ཚུལ་བཞིན་མི་སྤྱོད་ན། ཆོག་དེ་དག་གིས་བརྟན་དོན་གོ་བ་  
 ག་ལ་སྤྱིད་དེ། སོར་མེད་ཅེ་མོས་སྒྲ་བ་བརྟན་པ་ན་སྒྲ་བ་ལ་མི་ལྟ་བུར་སོར་  
 ཅེ་ལ་བལྟ་བ་ལྟར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ན། བྱོད་རང་གིས་འོག་ཏུ། བྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་  
 ཉིད་བཤད་ག་ལ་རུས་ཞེས་སྤྱོད་པ་ལྟར། དེས་དོན་སྤྱོད་ཉིད་མཐའ་བྲལ་དང་  
 བརྗོད་བྲལ་སོགས་སུ་གསུངས་པའི་དོན་གང་ན་ཡོད་མཁྱོགས་པར་སྤྱོད་ཉིད་  
 བཤད་ག་ལ་རུས་ཏེ་ཆོག་དེ་ནི་བདེན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་འདྲའི་གནས་ལུགས་  
 སྤྱོད་པ་ཉིད་སྤྱོད་པ་ལ། སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་དམ་པ་དང་། སྤྱོད་ཉིད་སྤྱོད་པའི་བྱུ་མཚོག་  
 སྤྱོད་ཞེས་གསུངས་པ་འཐད་ཅིང་། དེས་དོན་རྟོགས་ན་དེ་ལྟར་མ་བརྟན་པའི་  
 དང་དོན་ཡང་ཤེས་ཤིང་། བརྗོད་བྱ་བཅུ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྣམ་པ་ཀུན་ལྟན་རྗོད་

བྱེད་སྒྲུ་ཚོགས་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་ཇི་སྟེད་གསུངས་པ་དང་། མངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡང་དག་པའི་དོན་མཐོང་བ་དང་། སྟོང་པ་  
 ཉིད་བསྟན་པ་དང་། ཚོས་དབྱིངས་སྒྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་དང་འདྲ་འབྲལ་མེད་པའི་  
 བདེ་གཤེགས་སྟོང་པོ་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ན་ཡོད་པར་བསྟན་པ་རིགས་ཤིང་།  
 དེ་ལའང་སྤྱི་མཚན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་པ་རགས་པ་དང་། ཡོངས་གྲུབ་རང་གི་  
 རོ་བོ་མདོན་སུ་རྟོགས་པ་ཐ་བ་དང་། ཡུལ་ཚོས་ཉིད་དམིགས་མེད་དང་།  
 དེའི་ཡུལ་ཅན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འཇུག་པ་དུག་གིས་བཤད་པ་  
 རྣམས་གོང་དུ་སྒྲོས་པའི་དོན་དེ་དག་གི་རྒྱུ་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་སོང་པའི་ཕྱིར་  
 བ། རྩོད་ཡིག་གཤོང་ལཱའི་རྒྱ་དབྱངས་སུ་གཞན་ལ་སུན་འབྱིན་གྱི་ཆེད་དུ་  
 དངས་པའི་ལུང་། རྒྱ་རྣམས་ཀྱི་དམ་པ་ཞེས་པ་ནས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི། །མཚན་ཉིད་མདོ་བཞིན་བརྗོད་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་རྣམས་ལ་སོ་  
 སོར་ལན་བྱུང་བྱེད་ཀྱང་བསྟན་མ་དགོས་པར་བདག་ཅག་གི་ལུགས་དག་བྱེད་  
 དུ་སོང་ནས་གཞུང་དེ་དག་གིས་ངེས་དོན་སྟོན་པའི་མདོས་བསྟན་དོན་བརྗོད་  
 དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་མ་བཀག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞུང་དེ་དག་ཚོགས་གི་སྒྲོ་ནས་  
 བརྗོད་དུ་ཡོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། མཐའ་གང་དུ་འང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཚོས་  
 ཉིད་གཞན་ལ་དབབ་པའི་ཕྱིར་བ། ཐ་སྙད་དུ་ཚོགས་གིས་བརྗོད་པ་དང་རྟོག་པ་  
 དང་མཐོང་བ་སོགས་གང་ཡང་མ་བཀག་པར་དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ལ་འགལ་  
 མེད་དུ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་གཞུང་དེ་དག་གིས་བསྟན་

དོན་མཐར་ཐུག་མ་གཤིས་པར་གྱུང་བསྐྱེགས་ནས་འཆད་དུ་མེད་དོ། །ཡང་ཁྱེད་  
 གྱིས། མདོར་ན་རྒྱུད་བླ་མ་དང་། དབུ་མ་རིགས་ཚོགས་སོགས་ཀྱི་མིང་དོན་  
 ཅུང་ཡང་མ་གཤིས་པར་ཟད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་པ་དེ་ལ་རི་ལྟར་མ་གཤིས་ཞེས་བྲིས་པ་  
 ཅན། ཁོ་ན་རེ། རྒྱུད་བླ་མས། རྫོང་རྫོང་གནས་བདུན་བསྟན་པ་དང་། རིགས་  
 ཚོགས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་རིགས་པས་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ན། ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་  
 དག་གིས་ཀྱང་ངེས་དོན་བསྟན་དུ་མེད་དོ་ཞེས་ཁས་བླངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན།  
 སྒྲུབ་པ། ཁོ་པོ་ཅག་གིས་གཞུང་དེ་དག་གིས་བསྟན་བྱའི་དོན་ངེས་དོན་བསྟན་  
 དུ་མེད་དོ་ཞེས་མ་བརྗོད་དེ། དེ་དག་གིས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ངེས་དོན་སྟོང་པ་  
 ཉིད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་གང་ཞིག་དམིགས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་  
 བསྟན་པར་འདོད་པས་ན་གཞུང་དེ་དག་གི་མིང་དོན་ལེགས་པར་གཤིས་གིང་།  
 གཞན་ཚོས་དབྱིངས་དམིགས་པ་ཅན་མེད་དགག་ཏུ་འདོད་ན། མེད་དགག་  
 ཅུང་ལ། གང་ལས་དཀོན་མཆོག་དགེ་བ་གསུམ་འབུམ་བ། ཞེས་སོགས་རྒྱ་  
 ཆེར་བཤད་པའི་རིགས་སམ་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་མི་རུང་བས་དེ་གཤིས་པར་ཡང་མི་རུང་  
 ལ། སྒྱ་དང་ཡེ་གཤིས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྣམ་དབྱེར་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱུང་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་བླ་མའི་མིང་དོན་ཡང་མ་གཤིས་པར་སེམས་གིང་། དེ་བཞིན་དུ་རིགས་  
 ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དབུ་མའི་དོན་ཡིན་ན། གནས་ལུགས་སྟོང་ཉིད་  
 མེད་དགག་ལ་མཐའ་གཉིས་ཀ་ཞིགས་པའི་དབུ་མའི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། དེའི་  
 མིང་དོན་ཡང་ཡང་དག་པར་གཤིས་པར་དགའ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །



ཡང་ཚུད་ཡིག་རིགས་པའི་གཟི་འབར་དུ་ཁོ་ན་རེ། རྣམ་བཞག་དེ་ཀུན་ཀུན་  
 རྫོང་དུ་ཡིན་པས་དེ་སྒྲིབ་བཤད་པའི་སྒྲིབ་དུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེན། ཀུན་རྫོང་དུ་  
 ཡོད་པས་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་བྱེད་ཅག་གིས་སྒྲིབ་པས། དེ་ལྟ་ན་དེས་  
 སྒྲིབ་སྒྲོང་མི་རྣམས་ལ་ཞེས་ཁོ་པོ་ཅག་སྒྲོའོ་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་དྲི་མ་མེད་པའི་  
 རིགས་པའི་ལམ་ནས་ལན་བཏབ་པ་སྒྲ་རབས་པ་ལལ་མོ་ཆེས་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་  
 པས་ཡོད་གོ་མི་ཆོད་ལ། དོན་དམ་པར་མེད་པས་མེད་གོ་ཆོད་ཅིས་འདྲེར།  
 བྱི་རབས་པ་ལལ་གྱིས་ཀུན་རྫོང་དུ་ཡོད་པས་ཡོད་གོ་ཆོད་ལ། དོན་དམ་པར་  
 མེད་པས་མེད་གོ་མི་ཆོད་ཟེར། བདག་ཅག་གིས་ནི་དེ་གཉིས་ཀ་ལྟར་མི་སྒྲིབ་  
 རྟེ། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པས་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་གོ་ཆོད་ལ་དོན་དམ་པར་ཡོད་  
 པའི་གོ་མི་ཆོད། དོན་དམ་པར་མེད་པས་དོན་དམ་པར་མེད་པའི་གོ་ཆོད་ལ་  
 ཐ་སྙད་དུ་མེད་པའི་གོ་མི་ཆོད། དོན་དམ་པར་མེད་པ་དང་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་  
 གཉིས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིབ་ན་འགལ་མེད་དོན་གཅིག་དུ་འཆར་པའི་གོ་  
 རྒྱལ་ཡོད་པར་སྒྲོའོ། །དེའི་བྱིར་ཀུན་རྫོང་དུ་ཡོད་པས་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་  
 ཞེས་ནམ་ཡང་མ་སྒྲིབ་པས་སྒྲིབ་སྒྲོང་ཅི་སྟེ་མི་རྣམས། གཞན་ཡང་བསྐྱུས་ཆོན་  
 སོགས་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཆོག་ཅམ་ལ་འཆེལ་ཆེས་ན། འདི་ལྟར་  
 རི་བོང་རྩ་ཆོས་ཅན། ཡོད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། གཏན་མེད་དུ་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁྱབ་པ་བྱུང་སྟེ། གཞལ་བྱ་  
 གཞི་བྱུང་ཡོད་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར། གལ་ཏེ་གཏན་མེད་དུ་

གཞལ་བྱ་དེ་རི་བོང་གི་རྩ་མིན་ན་རི་བོང་རྩའི་སྐྱོད་ནི་ཡོད་པའི་ཕྱིར་གཏན་  
མེད་དུ་གཞལ་མི་རུང་ངོ་། །དེས་ན་དེ་འདྲའི་སྒྲོས་པ་ཤིན་ཏུ་མང་ཡང་དགོས་  
པ་རྒྱུར་བས་བཞག་ལ། རྒྱལ་དེས་གཞལ་བས་ཡོད་པར་ཁས་བླང་ན་ཐ་སྟང་  
དུ་རི་བོང་རྩ་ཡང་ཡོད་དགོས་པས་མེད་པའི་ཚོས་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་  
ངོ་། །དེས་ན་སྒྱིར་རང་ཤན་མ་བྱེད་པར་ཆོག་གི་འཛིན་མཚམས་ཅམ་གྱིས་  
གར་ཡང་མི་ཕྱིན་པས་ཆོག་གིས་བསྟན་དོན་ལ་གོ་བ་ལྟར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཆོག་  
ལ་རྟོན་པར་མི་བྱོལ། །

ཡང་རྩོད་ཡིག་ཏུ། འོན་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡོད་ན་དེ་མཐའ་  
ཀུན་དང་བྲལ་བའི་དབུ་མ་ཡིན་ནམ་མིན། དང་པོ་ལྟར་ན་སྐྱོད་ཀྱི་གིས་ཡུལ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐའ་ཀུན་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། ཏྲགས་བྱལ་ཁས། འདོད་  
ན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཤེས་བྱ་ཡིན་ཟེར་བ་འགལ་ལ། ཡུལ་མིན་ན་བདེན་གཉིས་  
ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་། དབྱེ་གཞི་དང་དབྱེ་ངོ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡིན་  
ཟེར་བ་དང་འགལ་ལོ། །རྒྱ་མཚོན་དེ་དག་གི་ཕྱིར་ན་མཐའ་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་  
པོ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་མེད། དོན་དམ་པར་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་ན། དེའི་རྣམ་བཞག་  
རྣམ་གྲངས་གང་གིས་ཀྱང་བཤད་དུ་མེད་པར་འགྱུར་ངོ་། །རྣམ་དབྱེད་ཀུན་  
གསལ་མེ་ལོང་དག་པའི་ངོར། །ཡིད་འཕྲོག་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་འབུམས་  
གྲས་ཀྱང་། །ཡི་གའི་ལམ་དུ་སྐྱུག་པ་ངལ་བ་ཡི། །དཀའ་ཐུབ་བསྟེན་པའི་  
བརྩོན་པ་འདིར་སྤངས་སོ། །ཞེས་ཀྱང་བསྐྱགས་སོ་ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་ལན་

ལེགས་པར་སྒྲས་པ། རོན་དམ་བཤེན་པ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་དང་། དེ་མཐའ་  
 ཀུན་དང་བྲལ་བའི་དབུ་མ་ཡིན་ཞེས་ཁས་ལེན་ནོ། །འོ་ན་དེ་ཆོས་ཅན། སྒྲ་  
 རྟོག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐའ་བྲལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེན། དམིགས་  
 པ་ཅན་གྱི་སྒྲ་རྟོག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་འདོད་ཅེས་ལན་འདེབས་སོ། །སྒྲ་རྟོག་  
 གི་ཡུལ་མིན་པར་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་དམིགས་པ་མེད་པའི་དོན་དུ་བཤད་  
 པ་དང་། དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་བཅད་ལ་ལེགས་པས་དམིགས་མེད་  
 ཡོངས་གཙོ་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དམིགས་པ་མེད་པའི་སྒྲོས་ཡུལ་ཡིན་ཞེས་  
 སྤར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེས་ན་སྒྱིར་སྒྲོའི་ཡུལ་མིན་པར་ཁས་མ་སྤངས་པས་  
 བཤེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་དབྱེ་རོ་བཤད་པ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡིན་པར་བཤད་པ་  
 ལ་འགལ་བར་ཐལ་བའི་སུན་འབྱེན་གྱི་ལན་བསྟན་མ་དགོས་སོ། །མཐའ་  
 གང་དུའང་དམིགས་པ་མེད་པའི་མཐའ་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ལ་ཆོས་  
 ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ཉིད་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དུ་ཡོད་པས་ན་  
 མཐའ་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་པོ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་མེད་པའི་སྒྲོན་མེད་ཅིང་དེ་ཉིད་ལ་དོན་  
 དམ་པ་ཞེས་ཐ་སྟད་ཉེ་བར་འདོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་དམིགས་པ་ཅན་  
 མ་ཡིན་པའི་སྒྲ་རྟོག་ཡོད་དམ་ཞེན། དམིགས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར་སྒྲོན་པའི་  
 སྒྲ་རྟོག་ནི་ཡོད་དེ། དམིགས་མེད་དང་སྒྲོས་བྲལ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 མིང་དེ་དག་གིས་བསྟན་དོན་ལ་དམིགས་པ་ཅན་གང་ཡང་བསྟན་པ་མེད་དེ།  
 གཟུང་འཛིན་མེད་པ་ཞེས་པའི་སྒྲས་གཟུང་འཛིན་མ་བསྟན་པ་དང་། བཤེན་

མེད་ཅེས་པའི་སྒྲིམ་བདེན་གྲུབ་མ་བརྟན་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་བརྟན་དོན་རི་  
 བཞིན་དུ་སོ་སོ་རང་རིག་པས། དམིགས་སུ་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པ་ལ་ནི་སྒྲི་  
 རྟོག་གི་འཇུག་ཡུལ་མེད་ལ། དམིགས་སུ་མེད་པ་ལ་སྒྲིམ་ཅི་ཞིག་བརྗོད་ཅིང་  
 སྒྲིམ་ཅི་ཞིག་རྟོག་ བརྗོད་ཅིང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དེ་སྟོན་དུ་དམིགས་པ་དང་  
 བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡུལ་ནི་ཆོག་གིས་དངོས་  
 སུ་མཆོན་མི་རྣམས་པར་གསུངས་ཀྱང་། ལུང་བཞིན་ལེགས་པར་དབྱད་པའི་  
 སྒྲི་རྟོག་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པའམ་རྟོགས་སུ་མི་རུང་བ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཚུལ་སྤར་ཡང་བཤད་ཟེན་དོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་དང་བརྟན་བཅས་ཆེན་  
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟན་དོན་རྟོག་རིགས་པས་ལེགས་པར་དབྱད་པའི་སྒྲི་རྟོག་  
 ལ་བརྟེན་ནས་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས་ཀྱི། དམིགས་པའི་  
 མཐའ་གང་རུང་ལ་ཞེན་ན། སྟོང་བ་ཉིད་རི་བཞིན་རྟོགས་མི་རུས་དེ། ཡེ་ཤེས་  
 བྱལ་རྒྱའི་མདོ་ལས། མེད་པའི་ཆོས་ལ་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་ན། །བྱིས་པ་གང་  
 ཡིན་གཡོ་བ་དེ་ཡིས་བཅིངས། །ཞེས་དང་སྟོང་ཉིད་མ་སྦྱིས་སུས་ཀྱང་བྱས་  
 མ་ཡིན། མ་མཐོང་འོང་བ་མ་ཡིན་འཕོ་མིན་ན། །དམིགས་གནས་བདག་ཅག་  
 སྟོང་ཉིད་ལེགས་བསྐྱབ་ཅེས། །འཛོལ་བ་དེ་དག་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུན་པོ་ཡིན། །ཞེས་  
 གསུངས་ཤིང་། དམིགས་པ་མཐའ་དག་ལས་བསྐྱོད་སྟེ་མཐའ་བྲལ་སྦྱོས་པ་  
 མེད་པའི་དོན་ཁོང་དུ་ཚུད་ན། མདོ་དེ་ལས། རྟོག་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་  
 སྒྲིམ་པ་དེ། །གཉིས་ཀ་ཡོངས་སུ་སྤངས་ན་ཆོས་འཛིན་ཡིན། །ཞེས་དང་།

འཕགས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་མདོ་ལས། བྱ་ངན་འདས་པའི་ཆོས་ལ་  
 ཆོས་མེད་དེ། །གང་ཕྱིར་འདི་མེད་ནམ་ཡང་ཡོད་མི་འགྱུར། །རྟོག་ཅན་དག་  
 གིས་ཡོད་དང་མེད་ཅེས་བྱ། །དེ་ལྟར་དཔྱོད་པས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཞི་མི་འགྱུར། །  
 ཡོད་དང་མེད་ཅེས་བྱ་བ་གཉིས་ཀ་མཐའ། །གཙང་དང་མི་གཙང་འདི་ཡང་  
 མཐའ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ཕྱིར་གཉིས་ཀའི་མཐའ་ནི་རབ་སྒྲངས་ནས། །མཁས་པ་  
 དབུས་ལ་འང་གནས་པར་ཡོངས་མི་བྱེད། །ཅེས་དང་། སྒྲ་དང་ཆོག་གི་ལམ་  
 གཤམ་བརྗོད་དུ་མེད། །ནམ་མཁའ་རི་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ། །འདི་ལྟ་  
 གུ་ཡི་ཚུལ་མཆོག་རྣམ་རིག་ན། །དེ་ཡི་སྒྲོབས་པ་དག་ཀྱང་མི་ཟད་འགྱུར། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་ཞེན་དང་སྤང་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲ་བ་གཙོ་བོར་མི་  
 བྱ་བར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་བསྐྱུབ་པའི་ཆེད་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་  
 ལུང་བཞིན་ལེགས་པར་སྒྱུད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུད་པ་བྱས་ན། རྒྱལ་བ་  
 ལྷ་ཁྱེད་གའི་བརྟན་པར་རིན་པོ་ཆེའི་རྗེས་སུ་ཚུལ་བཞིན་ལྷགས་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་རོ། །ཡང་དག་ལུང་དང་རིགས་པའི་འཐད་པ་ལ། །བརྟེན་ནས་ཞི་སྟོ་  
 གཉིས་སུ་མེད་པའི་ལམ། །སྟོང་དང་རྟེན་འབྱུང་བྱུང་འཇུག་མཐའ་བྲལ་གྱི།  
 །དོན་ལ་ཡོད་ཆེས་ཅུང་ཟད་རྟོད་པ་ཡང་། །སྒྲ་མ་མཆོག་དང་རྒྱལ་བ་རྒྱལ་  
 སྐུས་ཀྱི། །ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་རྒྱུབས་ཉིད་དུ་ངེས་གྱུར་ཅིང་། །རང་རྫོང་མེད་  
 པར་ལེགས་པར་བརྗོད་པའི་གཏམ། །འདི་ཡང་སྐལ་བ་བྱུང་སྟེ་བོའི་དཔལ་  
 དུ་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲས་སོ། །

ཡང་སྒོ་བཟང་རབ་གསལ་ལགས་ཀྱི་ཞལ་ནས། འདི་སྐད་དྲ། འདི་ལྟར་སྒྲོང་  
 ཉིད་ཆོས་ཅན། རྗེས་དཔག་གིས་གཞལ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷོག་གྱུར་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྩལ་བ་རྒྱུད་འཕེན་པས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ་རྗེས་དཔག་ཁས་མ་སྤངས་  
 སོ། །དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཆོས་ཅན། ཚད་མས་མ་བསལ་བར་  
 ཐལ། བསྐྱབ་བྱ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་འགྲེལ་དྲ། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་  
 རྒྱ་མངའ་བ། །དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྟར་ཚད་མ་ཉིད། །ཅིས་སོགས་སྟེ་བདུན་མདོ་  
 དང་བཅས་པ་ལས་བཞུལ་ལོ། །རྒྱན་དྲ། བརྟན་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས། །  
 ཞེས་སོགས་དམིགས་བྱ་དམིགས་བྱེད་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་གསུངས་པ་དང་།  
 དམིགས་པ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཁྱེད་ཅག་གི་སྒྲོང་  
 ཉིད་དེ་ནི་བྱང་ལམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པས་མ་བསྒྲོམ་པར་སངས་རྒྱ་བར་དེས་སོ། །  
 སྒྲོར་བ་བརྒྱ་དོན་གསུམ་དུ་ཁྱེད་ཅག་གི་དོན་དམ་པའི་རྣམ་པ་བསྒྲོམ་པ་མ་  
 རྟེན་པར་གསལ་ལོ། །སྒྲོམ་པའི་ལམ་ནི་ཟབ་པ་སྟེ། ཞེས་དང་། ཟབ་མོའི་  
 ཆོས་ཉིད་རྣམ་པ་བརྒྱད། །ཅིས་དང་། དྲི་མ་ཟད་དང་མི་སྦྱེ་བའི། ཞེས་དང་།  
 ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ། །ཞེས་སོགས་མཐའ་ཡས་ཤིང་། རྣམ་མཁུན་  
 སོགས་སྒྲིམ་ཀྱང་རྣམ་པ་དང་ལམ་དང་གཞི་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ག་ལ་ཤེས།  
 རྣམ་པར་དམིགས་པས་རྫོགས་རྩལ་རྣམས་མ་བསམ་པར་བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྦྱར་བར་  
 དེས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ། དེ་ལ་ལན་ཁྱད་ཅུར་བརྫོད་པ། སྒྲོང་ཉིད་རྗེས་དཔག་  
 གིས་གཞལ་བྱ་ཡིན་རྩལ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་འདོད་ལན་དོན་མཐུན་

ཐེབས་པས་འདིར་ཡང་བཤད་མ་དགོས་ལ། གཞན་ལུགས་རྒྱུ་འཕྲུལ་པ་  
 ལས་ཀྱང་ཐ་ཆད་དོ་ཞེས་ལུགས་ཀྱིས་འཕྲུལ་པ་འདི་བརྗོད་འདོད་དྲག་པོས། ལྷ་  
 བ་རྒྱུ་འཕྲུལ་པས་ཤེས་ཏེ། རྗེས་དཔག་ཁས་མ་བླངས་སོ་ཞེས་བཤད་པ་  
 ལ་བརྟགས་ན། རྒྱུ་འཕྲུལ་པས་རྗེས་དཔག་ཁས་མ་བླངས་ཤིང་། མདོན་  
 རྒྱུ་ཀྱིས་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ལྷོག་གྱུར་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡིན་པས།  
 ལྷ་བ་པ་ཇི་ལྟར་ཤེས་ཏེ། རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་གཉིས་ཀ་ཁས་མི་ལེན་པ་ལ།  
 རྗེས་སུ་འགོ་ལྷོག་གི་ལྷ་བ་པ་དེས་པ་ནི་མོ་གཤམ་སུ་དང་དེའི་ལྷ་མ་མེའི་ལྷ་བ་  
 པ་ཤེས་པ་ལྟར་སོང་བས་མཆོང་དྲགས་པས་ཡན་ལག་ཆག་པའི་དཔེ་དང་  
 མཆུངས་པར་སོང་ངོ་། །དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཆད་མས་མ་བསལ་བར་  
 འདོད་དེ། དམིགས་མེད་མཐའ་བྲལ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་ཡོངས་སུ་  
 རྗོགས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་དག་ཡིན་ཏེ། གནས་ལུགས་དཔྱོད་  
 པའི་ཆད་མས་གྱུབ་པའི་ཕྱིར་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་སྐྱེ་མངའ་བ་  
 ཞེས་པའི་ཟབ་མོ་སྐྱོས་བྲལ་གྱི་དབྱིངས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྐྱེ་དང་ཡེ་  
 ཤེས་གྱི་ཆོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ནི། ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་སྐྱེ་མངའ་བ། ཞེས་  
 དང་། གདུལ་བྱ་ལ་རྣམ་གྲོལ་གྱི་ལམ་ཡང་དག་པ་བརྟན་པའི་ཕྱིར། ཐར་  
 འདོད་རྣམས་ལ་མི་བསྐྱབ་བར་གྱུར་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྟན་ཆད་མ་ཉིད། །  
 ཅེས་སོགས་གྱི་དོན་ཇི་བཞིན་འཆད་ལུས་པས་སྟེ་བདུན་མདོ་དང་བཅས་པའི་  
 ལམ་གྱི་ཚུལ་ལ་གནས་བཞིན་པ་ཡིན་གྱི་རིང་དུ་མ་བརྟལ་ཏོ། །བརྟེན་པའི་

ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས། །ཞེས་སོགས། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ལ་ཆོས་ཅན་སོ་  
སོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ་བཅུ་གསུམ་བྱས་པའམ། དམིགས་བྱ་དམིགས་བྱེད་  
ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཤད་ཀྱང་རུང་གང་ལྟར་ཀྱང་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་ལས་མ་  
འདས་སོ། །དམིགས་པ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ། །ཞེས་པ་བྱང་སེམས་  
ཀྱིས་སྒྲོ་འདོགས་བཅད་པར་བྱ་བའི་གཞི་བྱང་དོར་བཏང་སྟོམས་ཀྱིས་བསྐྱས་  
པ་ཐམས་ཅད་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་ཤེས་པར་བྱ་བའི་མཚོག་ཏུ་གྱུར་  
པའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ལ་དམིགས་བྱ་དམིགས་བྱེད་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་མེད་  
ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་ཡུལ་ཅན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་དམིགས་པར་  
འདོད་དེ། བར་ཆད་མེད་ཅེའི་སྐབས་སུ། འདི་ཡི་དམིགས་པ་དངོས་མེད་དེ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོང་ཉིད་དེ་བྱང་སེམས་  
ཀྱི་སྐྱབ་པས་མ་བསྒྲོམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་འཁོར་  
གསུམ་དུ་དམིགས་པ་མེད་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ནས་  
ཉམས་སུ་ལེན་པའམ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། གང་མས་ངག་གི་སྐབས་སུ་སྐྱབ་  
དང་ཞེས་པ་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་ཏུ་སྐྱབ་པར་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །སྦྱོར་  
བ་བརྒྱ་དོན་གསུམ་དུ་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་དོན་དམ་བསྒྲོམ་ཚུལ་མ་ཆུད་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ། མེད་པའི་རྣམ་པ་ནས་མི་གཡོ་བའི་རྣམ་པའི་བར་གཞི་ཤེས་ཀྱི་  
རྣམ་པ་ཉིར་བདུན་དང་། ཆགས་བྲལ་གྱི་རྣམ་པ་ནས་དངོས་པོ་མེད་པའི་རོ་  
པོ་ཉིད་སྟོང་པའི་བར་གྱི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་སོ་དྲུག་དང་། ཡུས་བྲན་པ་ཉིར་



བཞག་གི་རྣམ་པ་ནས། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པའི་བར་གྱི་རྣམ་མཁའ་ནི་གྱི་  
 རྣམ་པ་བརྒྱ་དང་། བཅུ་ལྔ། རྣམ་པ་བརྒྱ་དོན་གསུམ་པོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
 དོན་དམ་པར་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་དུ་བསྒྲུབ་པར་གསུངས་པས་ན་བདག་  
 ཅག་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ནི་ལམ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དངོས་གཞིར་གནས་ཤིང་། དམིགས་  
 པ་ཅན་གྱི་སྟོང་ཉིད་ཡིན་ན་བདེན་གཉིས་ཟུང་འཇུག་དམིགས་པ་མེད་པར་  
 མ་སོང་བའི་ཕྱིར་གང་དུ་འང་མ་རྒྱུད་པར་གསལ་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་དེ་སྦྱར་  
 བས་སྒྲུབ་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ་ཡུལ་གཞུགས་སོགས་ལ་མི་གནས་པའི་སྦྱར་བ།  
 ཡུལ་ཅན་དམིགས་ཞེན་གྱིས་མི་སྦྱར་བའི་སྦྱར་བ་གཉིས་གསུངས་ཤིང་དེ་འདྲའི་  
 སྦྱར་བ་དེ་ལ་གཞི་ལམ་རྣམ་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་མི་དམིགས་  
 ཤིང་ཐ་སྙད་དུ་དམིགས་པ་འགལ་མེད་དུ་སོང་བའི་ཆ་ནས་ཟབ་པ་དང་གཏིང་  
 དཔག་དཀའ་བ་དང་། ཚད་མེད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །སྒྲུབ་པའི་  
 ལམ་ནི་ཟབ་པ་སྟེ། ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས། ཟབ་པ་དེ་ནི་སྒྲོ་འདོགས་  
 དང་། སྦྱར་བའི་མཐའ་ལས་གྲོལ་བ་ཉིད། ཅེས་གསུངས་པ་མཐའ་བྲལ་  
 ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་དག་གིས་ངེས་རྒྱུད་བཤད་པ་དེ་དག་དེ་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་ཟབ་  
 པོ་སྒྲུབ་དུ་ཤིས་ཤིང་། དམིགས་པ་ཅན་ལ་སྒྲོ་སྦྱར་གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་  
 ཟབ་མོ་དཔག་པར་དཀའ་བ་ཞེས་སྒྲོས་མི་དཔོགས་པ་ཅི་ཡང་མི་སྣང་ངོ་། །  
 ཟབ་མོའི་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པ་བརྒྱད། སྦྱེ་བ་དང་ནི་འགག་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
 ཉིད་དང་ཤེས་བྱ་དང་། ཤེས་དང་སྦྱོད་དང་གཉིས་མེད་དང་། ཐབས་མཁས་

པ་ལ་ཟབ་པ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པ་འདིའི་དོན། མཐའ་བྲལ་དཔུ་མ་ཆེན་  
 པོ་རྟོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་དུ་རྩུང་པའི་ཆོས་ཏེ། རི་ལྟར་ན། དོན་དམ་པར་  
 སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། བ་སྟོན་དུ་སྐྱེ་བ་གཉིས་གཅིག་ཡིན་ན་ཅིག་ཤོས་ཡིན་མི་  
 ཤེས་པ་ལྟར་བདེན་གཉིས་འགལ་འདུར་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འགལ་མེད་  
 དོན་གཅིག་ཏུ་མ་རྟོགས་ཤིང་། དཔུ་མའི་དོན་རྟོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས། གང་  
 གིས་སྟོང་དང་རྟེན་འབྱུང་དག །དཔུ་མའི་ལམ་དུ་དོན་གཅིག་པར། །གསུང་  
 མཚོག་ཅེས་པ་ལྟར་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་ནས་མཐའ་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
 རྟོགས་པ་ནི་ཟབ་པ་དང་པོ་དང་། དེ་བཞིན་འགག་པ་འགག་མེད་ལ་སྦྱར་བ་  
 གཉིས་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱིས་དེ་བཞིན་ཉིད་གོམས་པར་བྱེད་ཀྱང་ཐབས་  
 ཀྱི་དུས་མིན་མཛོན་དུ་མི་བྱེད་པ་ཐབས་ཤེས་ཟུང་འཇུག་གི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་  
 ཟབ་པ། དོན་དམ་སྟོས་བྲལ་ལྟར་ན་སྦྱབ་ཏུ་མེད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྦྱིན་སྟོགས་  
 སྦྱབ་པ་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པ་ཤེས་བྱ་ལ་ཟབ་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མཐོང་  
 བའམ་དམིགས་པ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་ལ་མཐོང་བའི་  
 དམ་པར་གསུངས་པ་དོན་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པ་ཤེས་པ་ལ་ཟབ་པ། དེ་བཞིན་  
 དུ་སྦྱོང་མེད་ཀྱི་སྦྱོང་བ་ལའང་དེའི་ཚུལ་ཀྱིས་ཟབ་པ་དང་། དོན་དམ་པར་  
 བསྐྱབ་བྱ་སྦྱབ་བྱེད་གཉིས་སུ་མེད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ལམ་ཐམས་ཅད་སྦྱབ་པ་  
 གཉིས་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པ་གཉིས་མེད་ལ་ཟབ་པ། དོན་དམ་པར་ཐོབ་  
 པ་དམིགས་སུ་མེད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཆོགས་གཉིས་

རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པ་གཉིས་འགལ་མེད་དོན་གཅིག་ཏུ་  
 རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ཐབས་མཁས་པ་ལ་ཟབ་པ་སྟེ། འདི་དག་མཐའ་  
 བུལ་དུ་མ་ཆེན་པོ་པ་དག་གིས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་ཞིང་གཞན་དག་གིས་  
 རྩོད་པའི་གནས་སུ་བྱས་ཀྱང་ཟབ་མོའི་སྟོ་ལྟན་དག་ལ་ཅི་ཡང་གཞོད་མི་རུས་  
 སོ། །དྲི་མ་ཟད་དང་མི་སྟེ་ཞེས་དང་། ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ་ཚུལ་  
 སོགས་ལུང་མཐའ་ཡས་པའི་དོན་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །རྣམ་མཁུན་  
 སོགས་སྤྲུལ་ཀྱང་གཞི་སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ག་ལ་ཤེས་ཏེ། དམིགས་མེད་མ་  
 ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་གྱུར་ཏོ། །ཡུལ་ཅན་སྟོ་ཡི་རྣམ་པ་དམིགས་  
 པས་རྫོགས་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་པས་མས་ནས་དམིགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་མཐའ་  
 བུལ་དམིགས་པ་མེད་པའི་གནས་ལུགས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དབང་གིས་རྫོགས་པར་  
 ཤེས་སོ། །

ཡང་རྩོད་ཡིག་ཏུ། དུལ་མ་འཇུག་པར། གཉིས་སུ་མེད་སྟོང་དང་། སྟོང་ཡང་  
 ལྟག་ཅེས་དང་། དེ་ཉིད་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་སྟོང་ནི་དེ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་དང་།  
 མ་བཟུང་བར་ཡང་ཡོད་ཅེས་བྱ་མི་རུང་། །དེ་ཉིད་རྒྱས་ལ་སངས་རྒྱལ་བསྟན་  
 རིབ་ཞེས། །ཞེས་དང་། མཁས་པ་དག་ནི་སྟོང་ཉིད་ཁོང་ཚུད་ཅིང་། །ཞེས་  
 དང་། བདག་མེད་འདི་ནི་འགོ་བ་རྣམ་དགོལ་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་སྟོང་ཉིད་  
 ཀྱི་རབ་དབྱེ་རྒྱས་པར་བཤད་ཀྱང་། ཁྱོད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་བཤད་ག་ལ་རུས། འདི་  
 བོ་གསན་རྒྱ་ཆེ་ཡང་གཞན་གྱི་ཐུགས་སུ་རྩད་མི་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལ།

ཁྱོད་ལྟར་ན་རང་གི་སྤྲུག་སྤྱུང་ཆུང་རྒྱ་མེད་ཟེར་དགོས་ལ། འཛིག་རྟེན་  
མ་ལུས་དེ་ཉིད་རྟོགས་ནས་སངས་རྒྱས་སང་བཤོད་ཤོག། ཅིས་སྤྲུག་སྦྱོར་  
གནང་བ་ལ་སངས་རྒྱ་བར་སྤྲུག་བྲེལ་མེད་བ་རེ་ཞིག་བརྗོག་འདོད་ཀྱང་།  
རྟོགས་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ན་རྟོགས་པར་སྦྱོར་ཞེས་གསུང་རིགས་པ་ཁོ་ནའོ། །སྤྲུག་  
པ། རྣམ་དག་གཞུང་ལུགས་གཞུང་མེད་ལྟ་ཡི་གནས། སྐྱལ་བཟང་འཆི་  
མེད་རོལ་པའི་དགྱིལ་འཁོར་དུ། རྒྱལ་པོ་དཔུང་བྱའི་སྦྱོར་བ་བརྒྱས། །  
གཞིག་པའི་ཀུན་རྟོག་རི་མོ་དེར་འདིར་སྤྱན། རྣམ་དག་གཞིགས་པའི་སྒྲ་  
ཚོགས་ལུལ་གྱི་དངོས། མཁའ་དབྱིངས་རྒྱ་སྤྱོད་སོན་པ་དེ་ཡི་ཆོ། མཁུན་  
གཏེར་འོད་ཟེར་སྟོང་གིས་གསལ་བྱས་པས། དཔྱོད་ལྡན་སྒོ་གོས་པརྟོ་འཇུ་  
ཞིང་བཤད། །རབ་འབྱམས་གཞུང་མང་བཅེགས་པའི་གྲི་ལ་ཤ། རྣམ་དཔྱོད་  
རྩལ་གྱིས་གཡོ་བའི་འཕྲོག་བྱེད་དབང་། རིགས་ལམ་འཕྱུལ་གྱིས་རྩེན་པའི་  
སྒྲིམ་གར་གྱིས། རྒྱལ་པོ་རི་དྲུགས་བསད་པའི་གཟན་ལ་རོལ། རིས་མེད་  
མཁས་དང་གྲུབ་པའི་མཁའ་མིང་ཚོགས། ཅི་བདེར་རོལ་པའི་དུས་སྟོན་འདི་  
ན་བསྟར། ལྷ་ཞིབ་སྒོ་ཡི་རོ་འཛིན་འདིར་རྒྱུངས་ལ། རྩོད་རིགས་དུས་སྟོན་  
དར་བའི་སྤྱད་བྱངས་སྒྲོགས། ཞེས་བྱ་བའི་ཉམས་མཚར་གྱི་ཚོགས་སུ་བཅད་  
པའོ། ཞེས་སྒྲུས་སོ། །

གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་གིས་འདི་སྐབས་སུ་གང་བཤད་པ་དག་ལ་ལན་གྱི་  
རྣམ་པ་རྒྱལ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་མ་དགོས་པས་མཐའ་བྲལ་སྟོང་ཆེན་གྱི་དབྱིངས་

སྤང་ཡལ་རང་གོལ་དུ་སྤྱར་པའི་ཕྱིར་འབད་པ་ཅི་ཡང་བརྟེན་མ་དགོས་པ་  
 བྱི་ཡ་མཚན་ནོ། །ཉམས་མཚར་གྱི་ཚིགས་བཅད་ལ། ཉམས་མཚར་ཅམ་དུ་  
 བརྟག་པ་ཅུང་ཟད་གཅིག་བརྟེན་ན། མཁའ་དབྱིངས་ཚུ་སྦྱར་སོན་ཞེས་པ་  
 འདི་ཅི་ཞིག་ནམ་མཁའི་ཆར་ཚུ་ཤིང་སྦྱར་པའི་སྤྱིང་དུ་བབ་ཟེར་བ་ཡིན་ནམ།  
 བམ་མཁའི་པད་མོར་སོན་ཟེར་བ་ཡིན་ན་མིང་མཐའི་ཡི་གེ་ཕྱིས་ནས་ནམ་དབྱེ་  
 སྤྱར་པའི་ལུགས་ཞིག་ཐུ་མི་སོགས་བོད་ཀྱི་བརྟེན་སྤྱོད་མཁན་པོ་མཁས་པའི་  
 ལུགས་ལས་མ་མཐོང་སྟེ་འོན་ཀྱང་མ་མཐོང་ཕྱིར་ན་མེད་པ་མིན་པའི་ཚུལ་ལྟར་  
 ཉིད་བརྟེན་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཞན་ལ་འདྲ་སྤྱོད་ཚུལ་  
 ཅམ་ལ་འདྲ་རྟོག་ཆེན་མཛད་པ་ཞིག་ལགས་པས་དེ་འདྲའི་བོད་ཀྱི་བརྟེན་སྤྱོད་  
 པའི་གཞུང་ཞིག་གཟིགས་པ་འདྲ་སྤྱོད་མོ། །གཞན་ཚིགས་བཅད་དེ་དག་གི་  
 རོན་དང་། ཐོག་མར་། དྲི་མེད་ཆོས་ཚུལ་སྤྱིང་པོ་རིན་ཆེན་ཁམས། སྤྱིང་ན་  
 མཛོན་མཐོ་བརྟན་བརྟེན་གངས་ཀྱི་རིར། སྦྱོས་སྤྱངས་ནམ་དབྱེད་ལུས་ཀྱི་  
 རུལ་རྫོགས་ཤིང་། མང་ཐོས་གཞུ་ཡི་རལ་པ་སེལ་བུར་འཕྱང་། རིགས་  
 པའི་མཆེ་བ་འབར་པའི་མཚོན་ཆ་དགྱིགས། སྤྱིང་འབྱེན་སྤྱར་བྱིས་གཡོ་བའི་  
 དགྱིལ་འཁོར་དུ། འོག་རྟོག་ལ་མོ་བརྟེན་པའི་གྲག་ཅོར་གྱིས། འཛིགས་  
 མེད་ངར་སྤྱད་གདོང་ལྟའི་དབྱིངས་འདི་སྦྱོགས། འཛམ་དབྱངས་མཁའི་བའི་  
 གཟི་འོད་རྟག་འབར་ཞིང་། དུ་ཞིབ་རིགས་པའི་ངར་ལྟན་སྤྱས་པའི་མཚོན་། །  
 བཏུ་བར་བསྐྱལ་བ་གནས་ཚུལ་གསལ་བའི་མིག་། འྲོང་བའི་སྐལ་བར་རིངས་

བའི་སྒྱུར་བ་བརྟེན། །གང་ཞིག་རྟོག་གོ་ངན་བའི་བུ་ལོན་གྱིས། །བསོད་ནམས་  
 རོང་ལ་གཟུན་བའི་བག་མེད་པ། །མི་བཟང་ཉམ་ངའི་གཡང་སར་ཆས་པ་ལ། །  
 ལས་མཐའ་གསལ་བ་རིགས་བའི་མེ་ལོང་སྒྱིན། །ཕྱོགས་ལྗང་གདོན་གྱིས་  
 བརྒྱམས་པར་ཆ་མེད་ཀྱང་། །སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་བའི་སྒྱུན་ཡངས་  
 ཤིང་། །བསྟན་བའི་ཉམས་ལ་རྟོགས་ཆེན་བཤེས་གཉེན་འབུམ། །བཀྲལ་  
 ཞིང་བརྟག་པར་དབང་པོའི་དྲང་ཐིག་མཛོད། །ཅིས་སྒྲོས་པ་ལྟར། ལན་དང་  
 ལན་གྱི་བྱུང་པར་རྣམས་ལ་སྒོ་ལྟན་གཟུ་བོར་གནས་པ་དག་གིས་དབྱུང་ནས་  
 གོང་སྒྲོས་ཆོགས་བཅད་སྔ་ཕྱི་དེ་དག་ནས་བསྟན་པ་ལྟར་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཕྱོག་  
 ཕྱོགས་སྒྲུ་ལ་ཡོད་པ་ཤེས་པར་མཛད་པ་ལས། ཆོགས་བཅད་ཅི་འདྲར་སྒྲུས་  
 པ་ལ་ལན་དེ་འདྲ་བྲག་ཆ་ལྟ་བུ་རང་བསྟོད་གཞན་སྟོད་གྱིས་བྱང་མེམས་སྟོམ་  
 བའི་སྐར་མགས་འགྲོལ་བ་ལ་ནི་བྱང་ཟད་འབད་བ་མི་རྩོམ་སྟེ། ཁོང་གིས་སྔར།  
 མདོ་རྒྱན་ལས། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ནི་མདོན་སུམ་སྒྱུན། །བསྟན་པ་དག་ཀྱང་  
 སྤང་བར་མཛད། །ཅིས་དང་། ཕྱོགས་སྤང་གིས། དེ་ལྟ་འདྲ་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 བའི་ཆོས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་རྣམས། །གལ་ཏེ་གཞན་དུ་འགྲོན་དབྱུང་པར་བྱ་  
 བའི་རིགས། །ཞེས་དང་། འདུལ་བར་ཡང་། མདོན་བས་སྟོག་ལྟ་སྤངས་པ་  
 དང་། སུན་མོང་གི་མང་ཐོས་དང་། གལ་གཟུང་བ་དང་། གཞུང་གཞུག་པ་  
 ཡང་ངོ་། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོན་དུ་མ་དང་བཅས་ཏེ་ཞེས་སོགས་དང་།  
 རྒྱན་སྒྲུག་པོ་བཀོད་པར། ལེགས་པར་བརྟག་ལ་ང་ཡི་བཀའ། །སྤང་བར་བྱ་

ཡི་གུས་ཕྱིར་མིན། །ཞེས་རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་འདྲ་བར་བྱ་ན་གཞན་  
 ཅི་སྒྲོམ། །འཇམ་མགོན་ས་པཎ་གྱིས། དམ་ཚཱ་ལ་ལྷུ་ལ་དང་མ་ལྷུ་ལ་བ། །  
 རྒྱུ་བ་གཏན་གྱི་གོས་ཡིན་པས། །འདི་ཡི་ལེགས་ཉེས་དཔྱད་པ་ལ། །སྤང་  
 ཞེས་སྒྲུ་ན་རང་སྒྱུན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས། སྤྱིང་སྒྲོབས་གཞིག་བྲལ་གྱི་  
 གོ་ཆ་བཏན་པོ་བགོས་ཏེ། །ཕས་ཚོལ་ལྷ་མིན་འཛོམས་པའི་ལུང་རིགས་དོ་  
 རྗེའི་མཚོན་ཆ་འབུམ་དུ་བསྟར་བར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་དང་། ཕྱགས་རིའི་  
 མིག་ཅན་གྱ་ཚོམ་དུ་བརྒྱལ་ཞིང་རིགས་ལམ་ལ་རྒྱས་མེད་པའི་རང་ཚིག་སྤྱི་  
 ཕྱི་འགལ་པའི་ལྷོད་གྱིས་གཟེར་ཏེ་སྤྱི་ཕྱིའི་ལུགས་བསྐྱེད་པ་ལུ་ཏེའི་ཕྱི་ལྷ་ལུ་  
 ལ་མཛོན་སྒྲོམ་གྱིས་གཞུང་བཟང་སྒྱུན་གྱི་དབྱངས་སྤྱོད་པའི་དུག་ཆུས་སྒྲོམ་  
 པ་འཇུ་མི་ཕམ་ཞེས་པའི་ཤེར་རྒྱུ་ཞིག་མཐོང་བ་ལ་སྤྱིང་པོ་མེད་ཅིང་སྒྲོན་  
 མ་མང་པོའི་ཟེར་སྒྲོམ་ཉིག་པོར་བྲིས་པ་དགག་འོས་སུ་མི་ཆེ་མོད་ཅེས་རྒྱན་  
 སྤྱི་པོ་བཀོད་པའི་ལུང་དྲངས་པ་ལྷར་བརྒྱལ་བཏགས་མཛད་པ་ནི་དེ་ལྟར་  
 ལགས་ཏེ། དེ་ལ་ལན་དུ་བགྱིས་པ་འདིའི་མེད་ན་མི་འབྱུང་གི་རྒྱར་ཡང་སོང་  
 ཞིང་། །འདི་ཡི་ལེགས་ཉེས་དཔྱད་པ་ལ། །སྤང་ཞེས་སྒྲུ་ན་རང་སྒྱུན་ཡིན། །  
 ཞེས་དང་། གོང་དུ་དྲངས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་འདིར་ཡང་ལེགས་པར་ཆང་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནས་ཚུད་ཡིག་དེའི་སྤྱི་མའི་འཕྲོས་སུ། ཆད་མར་གྱུར་པའི་  
 ལུང་མཐའ་ཡས་པས་ཟེན་པའི་དམ་པ་དེ་ཉིད། །འཇམ་མགོན་སྤྱི་མ་ཁོ་ནར་  
 དེས་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་དུ་ལུང་བསྟར་དང་མཐུན་པའི་མཛད་པ་འདི་འདྲ་

དམིགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱད་པར་དུ་གསུང་རབ་དགོངས་འབེལ་དང་  
 བཅས་པ་ལམ་གྱི་རིམ་པར་བསྒྲིགས་ཏེ། གདམས་ངག་རྩལ་ཁྱེད་པ་ནི་ཐོ་  
 འབྲོམ་ཡབ་སྐུ་གྱི་དགོངས་པའི་མཐིལ་དུ་རྟེན་གྱིན་ལྟོས་སྦྱོང་པ་གང་ནས་  
 ཀྱང་བཀའ་གདམས་པར་མིང་དོན་མཐུན་ཞིང་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་ཡ་མ་  
 བུལ་བར། ཆ་རེ་རེ་ནས་ཆུ་མགོ་གངས་ལ་ཐུག་པ་ལྟར་རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱི་མདོ་  
 རྒྱུད་དང་གཏུགས་གིང་མིང་བརྟེན་ཅམ་ཡང་དེ་ལས་མི་འདའ་བར་མཛད་ཅིང་།  
 ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་དང་མི་བསྟུན་པར་བསྟུན་རྒྱུན་དང་འགོ་བ་ལ་ཡན་པའི་  
 དམིགས་སུ་ཁོ་ཁོ་ན་ལྟར་བྱངས་པས་འདུལ་བྲིམས་གཙང་བའི་དགེ་འདུན་གྱི་  
 རྟེན་རྒྱུག་གི་རྒྱལ་མཚན་ཐོགས་པས་ས་སྟེང་བྱུང་ཅིང་དད་ལྡན་གྱིས་བསོད་  
 བསམ་བསམས་པའི་ཞིང་དུ་འོས་པ་འདི་མདོན་སུམ་དུ་གྲུབ་ལ། དེ་ལྟར་མ་  
 ཡིན་པར་ཐམས་ཅད་སྦྱོང་པ་མཉམ་པར་གྱུར་ན་གང་གིས་གང་ལ་ཐུག་བྱ།  
 དེ་ལྟར་དགོས་པའང་། རྟོན་པ་ཉིད་ནས་བྲིམ་སྒྲངས་ཏེ་རབ་དུ་བྱུང་བའི་རྟེན་  
 དེ་ཁོ་ནས་སྐྱེ་ཆེ་མཐར་ཕྱིན་པར་མཛད་པ་དེ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་མི་དགོས་ཏེ།  
 མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱིས། དོན་འདི་ལ་ནི་རྒྱལ་བ་ལས། །ལྷག་པའི་ཆད་མ་  
 གཞན་སྐྱེ་ཡོད། ཅིས་གསུངས་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བརྗོད་ལ་  
 ལན་ནི་དེ་དེ་བཞིན་ནོ་ཞེས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་དེ། རྩོམ་རྩེ་དང་བརྒྱ་  
 ཀ་ར་མ་གཅིག་ལབ་སྒྲོན་སོགས་ཀྱི་ལུང་གིས་ཟིན་པའི་འཇམ་མགོན་སྤྲུལ་  
 ཉིད་ནས་ཐོ་འབྲོམ་ཡབ་སྐུ་གྱི་རིང་ལུགས་ཕྱི་གཙང་ནང་གཙང་བརྒྱའི་སྐབས་



ལྟ་བུའི་རྣམ་ཐར་འཆང་བ་བཀའ་གདམས་པའི་ལུགས་ཉིད་རྒྱལ་བསྟན་རིན་  
 བོ་ཆེ་སྤྱི་ཡི་གཞི་དང་སྟོག་ལྟ་བུར་གཟིགས་ནས་གཙོ་བོར་སྡེ་སྟོད་གསུམ་གྱི་  
 བཤད་སྒྲུབ་ལ་ཅུལ་དུ་བཏོན། བད་མུགས་བླ་མེད་གྱི་ཉམས་ལེན་གསང་  
 ཆོས་སུ་མཛད་པས་འཕགས་ལུལ་པའི་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་རྣམས་གྱི་མཛད་  
 བ་དང་ཐ་མི་དད་པར་གྱུར་པས། ལྟ་བུ་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་བསྐྱབ་པས་རྒྱད་  
 བསྐྱམས་པའི་གང་ཟག་དུར་སླིག་འཆང་བ་ས་ཡི་སྡེ་དང་བྱུང་བའི་ལྟ་དང་བཅས་  
 པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་མཆོད་ཅིང་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་ཞིང་དུ་གྱུར་བ་  
 དང་། གཞུང་ཆེན་པོ་ལྟ་ཉེ་དགོངས་དོན་བཀའ་རྟགས་གྱི་རིགས་ལམ་ནས་  
 དངས་ཏེ་ཆོས་གྱི་སྒྲ་ཆེན་པོ་སྟོགས་གྱི་ཐ་གྱུར་ཆད་པ་མེད་པར་གྱུར་པས་འཆད་  
 ཚོད་ཚོམ་པའི་དབང་ལྷན་ཆེན་པོ་བགྲང་ལས་འདས་པ་བྱུང་བའི་དགེ་འདུན་  
 གྱི་སྡེ་འཕེལ་བ་དང་། ཐ་ན་དགོན་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་ས་གཙང་ཞིང་སྟོད་  
 ལུལ་བདེ་ལ་ཐོས་བསམ་བ་དག་ལ་དགའ་བའི་ཡ་རབས་གྱི་སྟོད་པ་ཅན་མང་  
 ཞིང་བཤད་སྒྲུབ་གྱི་གསོས་སྟོ་ཡང་བཟང་བའི་ཐོན་ལས་ལ་སྟོགས་གཞན་  
 སྐྱུ་ཀྱང་འགྲལ་དུ་མེད་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་སྐས་འཇམ་དཔལ་སྟོང་བོས་བགྲང་  
 ཡས་པའི་བསྐྱལ་བའི་སྟོན་ནས་ཆོས་འཛིན་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུ་གྲུབ་བར་  
 མདོན་སྐྱུ་དུ་བལྟར་ཡོད་པས་ཐེ་ཆོམ་དང་བུལ་བར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དེའི་  
 ཐུར་ད་དུང་ཡང་བསྐྱལ་བའི་མཐའི་བར་དུ་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བསྟན་བ་རིན་  
 བོ་ཆེ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་གྱུར་ཅིག་སྐྱུ་དུ་སྟོན་པ་ནི་ངོ་བོ་སྟོད་དང་

ཐོལ་ཚིག་མེད་པར་སྡིང་ནས་སྒྲོན་པ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་བསྐྱབ་པ་  
གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་འཕེལ་བ་ལ་སྤྱིག་མི་དགའ་བ་དེ་ནི་ཕྱི་ཚུལ་རི་ལྟར་གྱུར་  
ཀྱང་ནག་པོའི་རྩ་ལག་རྒྱ་དཔེ་ཕྱིར་སྒྲེ་བ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དེ་འདྲ་བའི་སྒོ་  
ངན་རང་རྒྱུད་ལ་མི་འབྱུང་བ་དང་བསྟན་པ་ལ་དགའ་བའི་ཡིད་ཅན་རྒྱ་འགྱུར་  
བར་སྒྲོན་པ་ལགས་སོ། །

ཡང་ཅོད་ཡིག་གི་གོང་གི་འཕྲོས་སུ། དེ་ལྟར་ན་ཡང་དེད་དུས་སྟིགས་མའི་  
ཐུན་སྒྲུག་དྲག་རྒྱ་འཐིབས་པས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཤིན་ཏུ་ཐ་ཆིང་ཅོད་པའི་རྩ་བ་  
ཆོར་བ་དང་འདྲ་ཤིས་གོ་ལོག་རྒྱ་ཡོད་པའི་དུས་སུ། ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་འབེལ་  
གཏམ་རྒྱ་ཆེར་བགྱིད་པ་བསྟན་པའི་ཞབས་འདེགས་སུ་གྱུར་པ་གཟུར་གནས་  
ནམ་དཔྱོད་ཅན་ནམས་ཡི་རངས་པའི་གནས་སུ་གྱུར་མོད། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་  
བའི་དབང་པོ་ལྟ་བུ། སངས་རྒྱལ་གཞན་ནས་རེ་བའི་མཁས་སྒྲོམ་གྱིས། །  
སྡིང་བཤད་འདྲེ་ཤར་རུབ་རྒྱ་སྒྱུད་གཏོང་ཚུལ། །མཐོང་ཆེ་ཟག་བཅས་སྤང་བོ་  
འོད་སྒྲུ་བུ། །གྲོལ་པའི་གསང་ཆེན་རྟེན་མའི་བྱུང་བར་ཆོས། །ཞེས་བསྐྱགས་  
པ་ལུ་ཏེའི་ཕྱེ་ལྟར་མ་སོང་བར་ཉམས་སུ་བཞེས་ན་ལེགས་པར་སེམས་ཏེ། ཡང་  
གསང་ལོ་རྒྱས་སུ། སྤྲུགས་གསང་རྟེན་མཐའ་དག་སོ་སོའི་དགོངས་བཞེད་  
ལྟར་མ་འདྲེས་པར་ཉམས་སུ་བསྟར་བ་མཁས་པ་མགྲུ་བ་བསྒྱུད་པའི་གནས་  
སོ་ཞེས་གསུངས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དྲི་མ་མེད་པའི་ལུ་ཏིག་གི་ཐེང་བ་ཡིད་ཆེས་  
དད་པའི་མགྲུལ་རྒྱུན་རྒྱ་མཛེས་པ་ལགས་སོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་ནི་བདག་

གིས་དེ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་ལེགས་སོ་ཞེས་ལན་གསུམ་སྟུལ་ནས། འདི་ནི་དོན་  
 རི་བཞིན་གཟིགས་པའི་མཁུན་རབ་དང་བཅུ་བ་དྲི་མ་མེད་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་  
 བའི་གདམས་པ་ཡིད་ཆེས་དད་པས་རྒྱན་དུ་འཆང་འོས་པས་ངེས་པར་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་པ་ཤེས་ཀྱང་། འདི་ཕྱོགས་པ་པལ་ཆེར་དུས་དབང་གིས་རང་ལུགས་  
 གྱི་སྒྲ་མ་གོང་མའི་མན་ངག་ལའང་ཡིད་མི་ཆེས་པ་འགའ་ཞིག་བྱུང་བས་རང་  
 ལུགས་གྱི་འདོད་ཚུལ་བརྟུན་པའི་ཡིག་ཆ་ཡན་བུ་རྣམས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་སུ་རང་  
 ལུགས་གྱིས་སོང་བས་ཕྱོགས་བཞིའི་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་པལ་མོ་ཆེ་ལུགས་རྩུང་  
 ཟུང་མ་རངས་པར་རྩོད་པའི་ཚུལ་དུ་བཟུང་བར་སོང་བ་ལ། སྤང་ཞུགས་གྱིས་  
 མིན་པར་རིགས་པའི་ལམ་ནས་རང་གིས་རི་ལྟར་མཐོང་ཆོད་ཀྱི་བརྒྱལ་ལན་  
 ཉི་སྣང་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་སྤར་ནས་བྱིས་ཤིང་དེ་རྗེས་གྱི་རྩོད་ཡིག་བྱུང་བ་རྣམས་  
 ལ་རྩོད་ཡིག་འདིར་བརྟུན་པའི་གནད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ཉེ་བར་གཅིག་ཀྱང་མི་  
 འདུག་མོད། དེ་དག་ལ་ཚུལ་བཞིན་ལན་བཏབ་ན་ཁོ་བའི་རྒྱ་བྱེད་པར་དོགས་  
 པས་ལན་མ་ཐེབས་ཞེས་ཟེར་ཀྱང་དེ་ལ་ཕན་གཞོན་མེད་པར་ཤེས་ནས་བཏང་  
 སྟོམས་སུ་བགྱི་བར་འདོད་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་གཞན་དག་གིས་བསྐྱུལ་བའི་  
 རྒྱུན་བྱས་ཏེ། ཉིད་གྱིས་རིགས་པ་ཕྱ་ཞིབ་གྱིས་རྒྱ་ཆེར་འབེལ་བའི་བྱིར་རིགས་  
 པའི་ལམ་ནས་གནད་རྣམས་རྩུང་ཟུང་བརྟུན་པར་བྱས་པ་འདིས་ཆོས་སྤྱན་  
 དང་ལྡན་པ་དག་ཁོ་བའི་རྒྱུན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཤེས་ཀྱང་། གཞན་དུ་ན། བཅོམ་  
 ལྡན་འདས་གྱི་ཆོས་མངོན་པར། དོན་གྱི་གནས་བཅུ་གཉིས་མཐོང་བའི་བྱང་

ཅུབ་སེམས་དཔའ་དག་པའི་སྤྲུགས་ལ་བརྩོན་པས་གཞན་དང་བཅད་པར་མི་  
བྱ་ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་བཞིན། སོ་སོའི་ལུགས་ཤེས་པར་འདོད་པས་  
སྤྲོ་བར་བགྱིས་ཀྱང་ཤུགས་ཀྱིས་དེ་དང་མི་མཐུན་པ་བཀག་པ་ལྟར་འགྲོ་ཞིང་།  
དགག་སྐྱབ་བྱེད་ཚུལ་ལ་ཡང་། སྤྲོ་གྲོས་ཀྱི་མཐུ་ཆེ་བ་དག་གིས་དགག་པའི་  
ཚོལ་གྱིས་བསྐྱབ་པ་དང་། བསྐྱབ་པའི་ཚོལ་གྱིས་དགག་པ་དང་། རིགས་པ་  
དང་མཐུན་པར་མི་བརྟེན་ཀ་མེད་ཀྱི་གནད་བརྟེན་པ་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་མིན་  
ཀྱང་ཆགས་སྣང་གི་བསམ་པས་གང་བྱུང་སྤྲོ་བ་དང་། མཁས་འདོད་ཀྱི་བསམ་  
པས་གཞན་གྱི་གཞུང་བཏུས་ནས་བཅུམ་མེ་ཞེས་པ་ཅམ་ལ་རེ་བ་དང་། ཡིན་  
རུང་མིན་རུང་ཞེན་ལྟས་འདུས་ནས་ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་སྤྲོ་བ་དང་། བསྐྱན་པ་རིན་  
པོ་ཆེའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཚུལ་བཞིན་བརྟེན་པ་དང་། གཞན་གྱི་ཆོག་ཅམ་  
མམ་རང་སྤྲོས་གཏིང་མ་དཔོགས་པའི་དོན་གྱ་ཆོམ་དུ་འཆད་པ་སོགས་མདོར་  
ན་གོ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་། དོན་ཡོད་མེད། རིགས་ལམ་དང་ལྟན་མི་ལྟན་སོགས་ཀྱི་  
བྱེད་པར་ཡོད་པ་ནི། སྤྲོ་བ་དཔོན་དཀྲིས། མཁས་པས་ཡང་དག་རབ་སྦྱར་  
བའི། །ངག་ནི་ངག་གི་འདོད་འཇོར་བཤད། །དེ་ཉིད་ཉེས་པར་སྦྱར་ན་སྤྲུལ། །  
སྦྱར་པོ་བ་ལང་ཉིད་རྫོང་བྱེད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་མཁས་པ་དག་གིས་མ་  
འདྲེས་པར་འབྱེད་ལུས་ཤིང་། སྤྲོ་བོའི་སྤྲོའི་འཆར་སྤྲོ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་ལ་རིགས་  
སམ་མི་རིགས་ཀྱང་ཁྲོ་བ་མེད་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟར་མི་ཤེས་ཤིང་དོན་གྱི་གནད་  
གང་དུ་སྤྲེགས་པ་ཅམ་ཡང་མི་མཐོང་བར་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཆོག་ཅམ་ཞིག་ཐོས་

པས་སྟིགས་མའི་སྒྲུབ་པ་ལ་ཆེར་སྒོ་བ་སྟགས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པས་དགོས་པ་མེད་  
 པ་དང་། བྱེད་པར་སྟིགས་དུས་སུ་ཆེ་མུང་ཞིང་ནད་མང་པ་དང་། བྱེད་པ་རང་  
 སྟོན་ནས་ཀྱང་བྱིས་སུ་ནད་ཆེན་པོས་མནར་བ་དྲགས་པ་དང་། ཀྱུན་དང་ཐུན་  
 མོང་དུ་གྱུར་པ་ཁ་པའི་ཆད་པ་ཉིན་བཞིན་འཕྲོག་ཅིང་། འཆི་བས་མདུན་ན་  
 བསྐྱུག་པ་སྟགས་སྒྲུབ་ཆེར་བདོ་ཞིང་། རྒྱལ་བསྟན་ཉི་མ་རུབ་ཀྱི་རི་རྩེར་བྱོགས་  
 པ་དང་ལྟན་ཅིག་ནག་བྱོགས་སྒྲུབ་སྟོན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དྲག་ཏུ་བཅའ་བ་སྟགས་ཀྱི་དུས་  
 འདི་ན། གསར་རྟིང་སོ་སོའི་མཁས་གྲུབ་དམ་པ་གོང་མའི་གདམས་པ་བཞིན་  
 རྩེད་ཟད་རེ་སེམས་རྒྱུད་ལ་འཁོལ་བ་བྱུང་ན་དེ་ཅུ་སྟོང་པོར་འདུག་སྟུམ་དུ་  
 བསམ་པ་ནི་འཕྲོས་གདམ་བབ་ལྷུས་དྲང་པོར་སྒྲུབ་པ་ལགས། དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་  
 ཀྱི་སྒྲུབ་པ་རིགས་པ་ཡིས། །མ་འོངས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་གོས་འཕེལ་སྤྲད་དུ། །འཕེལ་  
 གདམ་མཛད་པ་འང་ཐུགས་རྗེའི་ཐབས་མཁས་ཕྱིར། །ཆོགས་ཤུགས་ཅུ་  
 ལ་མི་དག་འཕྱུང་ཟད་མེད། །བཀག་པའི་ཆོག་རྣམས་བཟོད་པ་རྩུབ་ཆེལ་དུ། །  
 མོང་ཡང་རྩུབ་མའི་འདུ་གཤིས་མེད་པའི་ཕྱིར། །རིགས་ལམ་ནམ་མཁའ་ཡངས་  
 པའི་ཐུགས་དབུས་སུ། །ཀྱུན་རྟོག་སྤྱིན་ཀྱི་འཆིང་བ་མེད་པར་འཆེལ། །སྤྱིར་  
 ཡང་རྩྱུང་ཡིག་ལས་གོང་གི་འཕྲོས་སུ། །ཀྱུན་ཏུ་དག་པའི་བདེན་པ་བདར་བའི་  
 སྟན་ཆོག་གིས་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་དྲང་སྤྱོད་བདེན་པའི་བྱིན་གྱིས་གིས་པ་བསྐྱུབ་  
 པའི་ཆོགས་བཅད་རྣམས་ནི། །གཞན་དག་བྱམས་པའི་ཐུགས་ཀྱིས་མ་བཏང་  
 བ་དག་སྒྲིང་གི་རྩལ་དང་མཐུན་ཞིང་མང་ཐོས་བསྐྱུབ་ལྟན་དག་གི་སྟོན་པ་འང་

འབྲས་ཁུར་བཅས་པའི་ཕྱིར་ལེགས་སོ། །དེའི་རྗེས་སུ་ཤིས་པ་བརྗོད་པའི་  
མེ་ཏོག་གི་སྒྲ་རེ་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་བྲིས་པའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་རྣམས་ནི་ཚིག་  
དང་དོན་གྱི་ཉམས་འགྱུར་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་ལྡན་པས་སྒྲོ་ལྡན་དགའ་  
བ་འཕེལ་བའི་དང་ཚུལ་ཅན་དུ་གྱུར་གྱང་། འདིར་ཡི་གེ་མང་དོགས་པས་མ་  
བྲིས་ལ་བལྟ་བར་འདོད་པ་དག་གིས་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་དགོངས་རྒྱན་  
ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

འདིར་སྒྲས་པ། དྲང་ཕྱོགས་མཁས་པའི་བྱ་མཚོག་རྣམ་མང་གི། རལ་པའི་  
ཅོད་པན་རྩེ་མོར་ལེགས་མཚོད་པ། འགྲན་མེད་སྒྲ་པའི་སང་གོ་ཆེན་པོ་ཞེས། །  
གྲགས་པའི་བ་དན་མངོན་པར་མཐོ་བ་ཁྱོད། རྒྱུས་སྒྱུང་སྒོ་གྲོས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་  
ཆེ་ཞིང་། སྒྲ་མ་ལྟག་པའི་ལྟ་ཡིས་རྗེས་བཟུང་བས། རབ་འབྲམས་གཞུང་  
ལུགས་སྟོང་གི་རྒྱ་བོ་ཡང་། རྣམ་དཔྱོད་དུ་བ་ཀྱིས་རྒྱ་དུ་ཅིག་དྲངས་ནས་སུ། །  
ཐོགས་མེད་འཆད་རྩོད་རྩོམ་པའི་མཁུ་ལྡན་ཞིང་། ཚིག་བཞིན་རྗེས་སུ་བསྒྲུབ་  
པ་བསྒྲུབ་གསུམ་གྱི། ཡོན་ཏན་འབྲས་བཟང་སྒྲིན་པ་ལྟ་བུ་ལ། ཡི་རངས་  
སྒྲ་པའི་མེ་ཏོག་ལེགས་འཐོར་ཞིང་། སྒྲོ་བཟང་མཁྱེན་པའི་མེ་ཡོང་གཙང་  
མ་སྤ། རྣམ་སྟོང་སྒྲ་མ་ཤེས་བྱའི་གཟུགས་བརྟན་འབུམ། མ་འདྲེས་རབ་  
གསལ་ཐབས་མཁས་བརྩེ་པའི་འབྲུལ། ཅིར་ཡང་བསྟན་པ་ཡོངས་ཀྱི་བཤེས་  
གཉེན་ཁྱོད། རིང་དུ་འཚོག་ཞེས་བདེ་བའི་དཔལ་འཕེལ་ཞིང་། རྟོན་གཉེས་  
ལྟན་གྲུབ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤིང་ལ། ཡོངས་སུ་དབང་བའི་གོ་འཕང་མཚོག་གྲུབ་

དང། སྒྲོན་པའི་འབྲས་ལུ་དོན་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག ། འུ་ཅག་སྒྲི་ཀུན་འཇམ་  
 པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཞབས། སྒྲི་པོས་བསྟེན་བྱས་ཀྱིས་པའི་རང་ལམ་ལ། ལྟ་  
 སྟོན་མཐུན་ཅིང་ཆོས་མཐུན་གྲོགས་གྱུར་ཏེ། ། བསྟེན་དང་འགྲོ་བའི་དོན་ཆེན་  
 གྲུབ་པར་ཤོག ། ཅིས་བར་སྐབས་ཀྱི་གིས་པ་བརྗོད་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་  
 གྲས་ནས། ། ༥ སྒྲར་ཡང་གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་བསྟུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་  
 པ་ནི། དེར་སང་རྒྱལ་བསྟན་སྒྲུང་བ་ལྟ་བུའི་སྐབས། ། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་གཞུང་  
 གི་དཀའ་བའི་གནད། རྒྱལ་བཞིན་རིགས་པས་དབྱུད་པ་སྒྲོས་རྒྱལ་ལ། །  
 ལུས་བཅས་འཕེལ་བའི་གདམ་གྱི་རྒྱལ་འདི་དག ། སྒྲར་ཞུགས་ཀྱི་རྟོག་དན་  
 པས་མ་བསྐྱད་པར། ། རིགས་པའི་ལམ་བཟང་འཕེལ་ཕྱིར་གྲིས་པ་འདི། །  
 ཆགས་སྒྲར་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་། སྒྲོ་གོས་སྒྲུང་བ་འཕེལ་བའི་  
 གྲུང་གྱུར་ཅིག ། རིས་མེད་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དར་བ་དང་། ། བསྟན་ལ་འཆོ་  
 བའི་ནག་ཕྱོགས་སྒྲོ་གོ་སྐྱོགས། མིང་ཅམ་མེད་པར་ཞི་ནས་འགྲོ་བ་ཀྱི། །  
 བདེ་སྦྱིད་ཆོས་ལྡན་དཔལ་ལ་སྦྱོད་གྱུར་ཅིག ། རྒྱལ་སྐས་དཔའ་བོ་རྒྱལ་གྱི་  
 བཤོད་གཅིག་ལམ། ། རྟག་ཆད་མཐའ་བུལ་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་དོན། ། སྒྲུ་བའི་  
 མེད་གོས་ས་ཆེན་ཡོངས་གང་ཞིང་། ། རྒྱལ་བསྟན་སྒྲུང་བ་མཁའ་བྱུང་སྒྲེལ་  
 གྱུར་ཅིག ། དམར་མེར་ཉི་གཞོན་འཆར་ཀའི་ལང་ཆོ་ཅན། ། སྦྱིང་ལ་མཆུངས་  
 མེད་བདེ་སྦྱིར་གཞོན་ཅུའི་གཟུགས། ། དན་པས་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་པ་རྒྱལ་སེལ་བ། །  
 དེ་ཡིས་དགོ་ལེགས་ཉིན་མོར་བྱེད་པར་མཛོད། ། རྒྱལ་བ་མཆོག་དང་རྒྱལ་

སྤྱི་ཆེན་མས་དང་། །ལྟ་དང་དྲང་སྤྱོད་རིག་འཛིན་གྲུབ་པའི་ཆོག་ས། །ཀུན་  
གྱིས་བདེན་གསུང་སེང་གའི་སྒྲ་དབྱངས་དང་། །ལྟན་ཅིག་གིས་པའི་མེ་ཏོག་  
ཆར་འབེབས་མཛོད། །ཅིས་བརྒྱལ་ལན་མདོར་བསྐྱས་རིགས་ལམ་རབ་  
གསལ་ཟབ་མའི་དོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྤྱང་བར་བྱེད་པ་འདི་ནི། ཅུང་ལན་  
སོགས་འདི་འདྲའི་རིགས་བཏང་སྒྲུལ་སྤྱེད་པར་འདོད་ཀྱང་། ཉེ་ཆར་ཀམ་  
ཐོག་སི་རྟ་སྤྱལ་པའི་སྤྱི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། མགོ་ལོག་གླིང་སྤྱལ་པའི་སྤྱི་རྒྱུ་  
གཉིས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་དོན་གཉིས་ཅན་དུ་མས་རབ་ལན་འདི་ཉིད་བྱི་དགོས་  
ཞེས་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་བསྐྱལ་བ་ལྟོག་རྟུ་མ་བཏུབ་ནས། འགྲུ་ཆུ་ཁམས་པའི་  
རུས་གྱི་ཡ་གྲུལ་འཇུ་ཞེས་སྤྱུ་གསལ་པའི་མི་ཡི་རིགས་སྤྱེས་ཤིང་། གསང་  
སྤྱུ་གསལ་རྒྱུ་མའི་ཆོས་གྱི་གྲུལ་མཐར་འཁོད་པའི་རྟོག་གོ་བ། མི་ལམ་འཇམ་  
དབྱངས་རྒྱུ་ལམ་ལམ། རིག་བྱེད་གྱི་བཏགས་མིང་དུ་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་  
པའི་རང་མདངས་མཚོ་བྱང་བཞད་པའི་གོ་སར་ཞེས་བྱ་བས། རབ་བྱུང་བཙོ་  
ལྷ་པའི་ནང་ཆོན་མཛེས་བྱེད་ཆུ་མོ་ཡོས་གྱི་གནམ་ལོ་གར་པའི་ས་ག་ལྷ་པའི་  
དམར་ཕྱོགས་གྱི་ཆོས་ལྷ་ནས་མགོ་བཟུང་སྟེ། འདུ་ཡོང་དང་ལུས་ཁམས་  
རྟོགས་པ་སོགས་གྱི་རྟོན་ལས་ཆ་དྲག་གིས་བྱི་བ་མ་བྱུང་ཡང་། ཞག་བཙོ་བརྒྱད་  
གྱི་བར་དུ་ཉིན་རེའི་ཐུན་ཆོད་གྱི་ཆ་ལ་རྩེད་ཟད་རེ་ནར་མར་བྱིས་ནས། སྟོན་  
གྱི་ལྷ་པའི་དཀར་ཕྱོགས་གྱི་ཆོས་བརྒྱད། རེས་གཟའ་ལྷ་ཡི་སྤྱོད་པ་དང་། རྒྱ་  
རྒྱུ་ཉི་མའི་ལྷ་ལྷན་ཅེ་བ་བཀྲ་གིས་པའི་སྤྱོད་པ་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པའི་སྤྱོད་



དྲོའི་ཆ་ལ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པར་བགྱིས་པའི་ཡི་གེ་པ་ནི་གཞུང་ལུགས་དུ་མར་  
སློ་གོས་ཀྱི་སྤང་བ་ཡངས་པའི་སྒྲིམ་བཅུན་སྡེ་སྒྲོད་འཛིན་པ་ཀྱན་བཟང་དཔལ་  
ལྷན་གྱིས་བགྱིས་པ་འདི་ཉིད་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དགོ་  
ལེགས་ཀྱི་དཔལ་དམ་པར་གྱུར་ཅིག། བསྟན་མཛུ་ལོ། །

༣༣། །མཁས་མཆོག་སློ་བཟང་རབ་གསལ་ནས་སྤུལ་པའི་ཁྱུ་ཤོག་ ཆོས་  
འབྱུང་སྒྲིན་གྱི་ཡུང་པོ་འབྲིགས་པའི་སློང་། །ཁམས་ཞེས་གྲགས་པའི་གསེར་  
ལྷན་དཀྱིལ་འཁོར་དུ། །གྲགས་སྟན་ལྷ་ཡི་རྩ་ཆེན་ལྷིང་བ་ཅན། །ངེས་དོན་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་ཡིད་རེ་དགལ། །ཀྱན་རྟོག་ཅ་སྤྱར་མཆེད་པའི་མེ་ལྷག་  
གིས། །རེགས་པའི་ཉེས་ལུང་སྟོང་ནས་འཆག་པའི་ཕྱིར། །དྲི་མེད་ལྷ་རྩམ་  
སྒྲིན་དཀར་སྒྲ་རེ་འདི། །གང་སྐྱུ་ས་འཛིན་ཡངས་པའི་མཁའ་ལ་བྲེས། །ཞེས་  
སྤུལ་པའི་ལན་དུ་སྤུལ་བ། །གང་འདིར་ཤེས་ལྷན་ཡིད་ཀྱི་གདུང་སེལ་དང་། །  
ཟུར་དུ་ཆོགས་བཅད་ཟུང་དང་ལྷ་གོས་བཅས། །ཤིང་སྐྱུལ་སྒྲ་ཆོས་བཟང་ལ་  
ལེགས་འབྱུང་སློ། །རྟོག་གའི་ཚུལ་འཛིན་རྟོག་གའི་ལས་འདས་པའི། །ཟབ་  
མའི་ཆོས་སྟན་ལྷན་པའི་བཤེས་གཉེན་དུང་། །ཆམ་རྟོག་རྒྱབས་ཀྱིས་བསྐྱོད་  
པའི་རྟོག་གའི་བ། །གང་དེས་ཟོལ་མེད་ཁྱུ་མཆེད་འདི་ལྷར་གསོལ། །མཁའ་  
རབ་འོད་ཟེར་དྲ་བས་རབ་མཛེས་བ། །ཁྱིད་སྤྲུགས་དྲངས་གསལ་ནས་མཁའ་  
རྟོགས་མེད་ལ། །བཟོད་པར་གསོལ་ཞེས་ཁྱུ་བ་མ་དགོས་ཀྱང་། །དུས་ཀྱི་  
མཐར་སྐྱེས་བྱིས་པ་བདག་ལྷ་བུས། །མ་བརྟག་སྐྱུ་བ་གཞན་པ་མང་པོའི་རྒྱུད། །

འབྲུག་ས་བཅས་ཡུར་གང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི། སྤྱི་བ་མེད་བྱང་རྩལ་མཚོག་གི་རྒྱར་ཡུར་ཅེས། སྤྱོན་པ་དེ་ལྟར་བྱིན་མཐུན་འབྲུར་མཛོད། །རང་རྒྱུད་ཉེས་པའི་དྲི་མ་སྦྱང་བའི་སྤྲད། །རབ་དཀར་ལྟ་རྒྱས་བ་དན་མཛེས་པ་དང་། །ཤེས་རབ་ཕར་བྱིན་མདོ་དང་མདོ་གཞན་བཅས། །ཤིང་སྦྱལ་བླ་ཆེས་དག་བར་ཕུལ་བ་ལགས། ། ༩ ། མཁས་མཚོག་སྤོ་བཟང་རབ་གསལ་མདུན་ཕུལ་རྒྱ་རྒྱུ་མཛོད། །ཁ་མོ་མཆོད་ཡེ། མཁས་དབང་གི་གསུང་ཡིད་ཀྱི་གདུང་སེལ་གནང་འབྱོར་བཀའ་དྲིན་ཆེ། །གསུང་བཟང་དོན་བཟང་མཇལ་འདོད་སྦྱེས་ནས་ལན་གཉིས་ཞིབ་བཏུས་ཀྱི་དན་རྟགས་མཚར་ཁྲུས་ཅམ་ལས་ལན་གཞན་མེད་ལགས། །རྗེ་སྤྱི་མར་བསྟོད་པ་ཡོན་ཏན་མཐུན་སྤང་དུ་གྲུབ་པ། ཉིད་ཀྱི་རི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ལྟར་ངེས་སོ་ཞེས་སྤྲས་པ་མིས་ཁ་ཉེན་འགོག་ཆེད་ག་ལ་ཡིན། །ལྟ་བུ་མེད་སྤྱི་རབས་བ་དང་མཐུན་པ་དང་། བྱི་རབས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱི་མཚོས་སྤྱི་བཀའ་སྦྱལ་བ་གཉིས་མཐུན་སྤང་དུ་གྲུབ་པར་བསྟོན་མི་རུས་པས། དེ་དེའི་ཕྱོགས་བཟུང་ནས་བཅུད་ཀྱང་རྗེ་སྤྱི་མ་བཀའ་བར་མི་འབྲུར་ཏེ། གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བ་བཞེན་མི་མཐུན་པར་བཅུད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་བཀའ་བ་མིན་པ་དང་འདྲའོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་དྲང་ངེས་ནི་མཐར་ཐུག་དབྱོང་པའི་རིགས་པས་འབྱེད་པ་ལས་ལུང་ཅམ་སྤྱི་བས་སྤྱི་མི་འབྲུར་བ་བདེན་ནོ། །འདི་དྲང་པོ་ཟླལ་མེད་ཀྱི་དག་ཡིན་ཡང་། ཐེག་ཆེན་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་ལུང་རྣམས་ཏ་ཤང་གི་དགོངས་པ་རྫོགས་བྱེད་དུ་གཟིགས་ནས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་

ཏ་ཤང་གི་སྒྲིགས་སུ་བརྒྱན་པ་ལྟ་ན་ཅི་མི་གསུངས། འོན་ཀྱང་དགོངས་པ་  
 ཅན་གྱི་གསུངས་མངའ་བ་ལ་སྒྲིག་སྒྲོང་། གངས་ཅན་ཡུལ་དབུས་ནས་བྱུང་  
 ཚད་ལོགས་བཤད་ཆེ་ལ་གཞན་དེ་ལྟར་མིན་པ་དང་། མི་མང་བའི་གྲ་སའི་  
 ཁྲོད་དུ་བསྐྱད་པ་ཤེས་རབ་ཆེ་ལ། གཞན་ཚུང་བ་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡུལ་  
 དུས་རེ་འགར་ངེས་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་དུ་དེ་ལྟར་ངེས་པ་མེད་མོད། ལྷགས་  
 ཆབ་བྱན་པའི་གཏམ་ཐམས་ཅད་འཐད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ནུས་པའི་དག་  
 སྤང་བྱའོ། །ཟབ་དོན་དང་མི་རྟག་པར་སྤྱང་བ་ཐོན་པས་དགག་སྒྲུབ་གྱི་ཡིག་  
 ཆ་མི་རྩོམ་པ་དམ་པ་གཞན་ལ་ཐལ་མ་ཆེས་ན་བདག་ལ་འོས་པའི་གསུངས་  
 རེད། སེམས་དང་བདག་འཛིན་ཀྱེན་བཞི་ལས་སྒྲེས་ཀྱང་། ཀྱེན་བཞིའི་ནང་  
 ན་སེམས་མེད་པ་མི་སྲིད་པས་སེམས་མེད་སེམས་ཅན་སོགས་མི་སྲིད་ལ། དེ་  
 བཞིན་རྒྱ་འབྲས་ཐམས་ཅད་སྒྱིར་ཐོག་མེད་ནས་རྒྱན་གྱིས་འཇུག་ཀྱང་། བདག་  
 འཛིན་གཉིས་པོ་ལྟ་ན་ཅིག་ཐོག་མེད་ནས་རྒྱན་ཆགས་སུ་འཇུག་པ་མིན་པར།  
 རྒྱ་མའི་ཆེ་བྱི་མ་མེད་པ་སྲིད་ཀྱང་རུང་ཞེས་སྒྲས་ཏེ། ལུས་འཛིན་གྱི་དུས་སུ་  
 རྒྱམ་འཛིན་ངེས་པར་ཡོད་མི་དགོས་པ་བཞིན་ཡང་། འདི་ཡི་སྒྲན་འབྲིན་གྱི་  
 ཆེར་མ་དུང་ནས་འབྲིན་པའི་འབད་པ་མི་རྩོམ་སྟེ་སྒྲ་མའི་ཐུགས་གྱི་ཁམས་  
 འདུས་ཞི་བའི་རྟེན་དུ་བཞག་གོ། །སྒྲོང་ཆེན་པའི་གསུངས་ཆོགས་བཅད་དེའི་  
 དོན་སྒྲིགས་མ་གོ་ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན་མི་འདུག་པས་དགག་པ་མཛད་ཅུང་སྒྲ་སོང་  
 ཡང་ཤེས་རབ་སྒྲུར་བའི་མཛོན་རྟགས་ཙམ་ལས་སྒྲོན་ག་ལ་མངའ། སྒྲ་བསྐྱ

ཚུལ་འདིར། ཤེར་ཕྱིན་ལྟ་བུ་མིང་བསྟུ་བ་དང་། ཉམ་མཁའ་སོགས་འབྱིས་  
ནས་ནམ་དབྱེ་སྒྱར་བར་འགྲིགས། འ་མ་གཏོགས་པའི་རྗེས་འཇུག་གཞན་  
ལ་མ་འགྲིགས་ཏེ། སངས་རྒྱུད་ཕྱག་འཚལ། ཆོར་ཕྱག་འཚལ། དག་འདུར་  
ཕྱག་འཚལ་ཞེས་དང་། སྤང་ལ་ཞོན་པ་ལ་སྤང་ཞོན། གྲི་གྲག་གིས་བཅད་པ་  
ལ་གྲི་གྲར་བཅད་ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དུས་འཁོར་བསྟུས་རྒྱུད་  
དུས་ལ་ཞོན་པའི་ད་རྒྱལ་བཅག་ནས་དོན་ལ་རྟོན་ཕྱིར་ནམ་དབྱེ་སོགས་བསྟོལ་  
ཏེ་རྒྱ་ཉམས་པ་ལྟར་མཛད་པར་ཡིན་ཀྱང་རུང་། ཉམ་མཁའི་བརྟོར་སོན་ཞེས་  
མི་གསུངས་པར་འོ་བརྒྱལ་མཛད་པ་ལ་དོན་གཞན་ཡོད་ཀྱང་མཆི། ཅམ་རང་  
སྤང་ཡོད་དར་ན་འདི་ཡང་དེ་དང་ཆ་འདྲ་ཡིན་ཀྱང་རུང་། ཨ་ཀྱང་དོན་གོ་ན་  
ཆོག་གི་བརྟོན་ཚུལ་ཅམ་ལ་འཆེལ་བས་ཅི་བྱ། ཅམ་སྤྱོད་ལས་འཕྲོས་ནས་  
རྗེས་ལྟར་གྱི་དུས་དེ་རྟགས་ཅམ་འཛིན་པའི་དུས་སུ་ཐལ་བ་འཕང་བའི་དག་  
འདིར་རྟགས་ཁྲབ་བྱུང་ཚུལ་གསུངས་རུང་། ཞེ་འདོད་དང་བརྟོན་ཚུལ་གང་  
གི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་ལྟག་ཆོད་ཉེར་བཞིའི་རྒྱར་སོང་། བསམ་མེད་གཉིས་  
མེད་སོགས་འགོག་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལམ་བདེན་ཕྱིར་གསུངས་པའི་དོན་མ་  
འཚལ། སོ་སྤྱོད་ལ་རྟོག་གི་བས་ཁྲབ་པ་ལྟར་གསུངས་པ་ལ། ས་མཚམས་  
དམན་པའི་རྟོག་གི་དང་། སྤང་མཐའི་རྟོག་གི་སོགས་གྱི་དབྱེ་བ་མཁས་པ་  
དག་གིས་མཛད་པ་ལྟར་ཆ་སྤྱད་དགོས་པར་སྤྲང་། ཉ་ཤང་གི་གཞུང་ཡོད་ཅེས་  
སྤྱིར་ལན་གཉིས་དེའི་དགོངས་རྗེས་ལྟ་བུར་མ་བསྟུལ་ཀྱང་། དེ་དག་

སྤང་ཡང་ཐོས། ད་ལྟ་གཞུང་དེ་དག་མཐོང་རྒྱུ་མི་འདུག་ཅེས་སྒྲུབ་པ་ལ། ཆོས་  
རྒྱལ་བཀའ་བཅའ་བས་ཡིན་གསུངས། བླ་རྒྱས་བཞི་བཅུ་ཉི་གུངས་འདྲེན་  
ནན་བསྒྲགས་མིན་གསུངས་ཀྱང་། ནན་གྱིས་བསྒྲགས་ཀྱང་སྒྲོར་མི་གདའ་  
བ་ཡིག་ཆོགས་སུ་འཆོལ་བ་སོགས་དགོས་པ་རྒྱུད་བས་གུངས་བགྱང་བར་རྩོ་  
མ་ཐོགས་པ་ཐུགས་དགུས་པའི་ཉེན་མཛོད། སྤྱིར་བདག་ལྟ་དང་དེ་དང་ལྟ་ན་  
ཅིག་པའི་རྫོངས་ཆགས་སོགས་ལའང་། ལྟ་ཅིག་འབྱུང་གང་ཡན་རྒྱུན་འབྲས་  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་དེ་འདྲའི་བསྒྲུབ་ཐོབ་ལ། དེར་མ་ཟད་ཉེན་མོངས་  
ཅན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་མཆུངས་ལྟན་ཏུ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ལྟར་སྤྱུར་  
ཏེ་ཁམས་དང་སྤང་བྱ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བའི་བླ་རྒྱས་མང་པོ་བཤད་རུང་  
མོད། དེ་འདྲའི་སྒྲོས་པ་ལ་དོན་ཆེན་པོ་མི་སྤང་། གཞན་ཡང་མདོ་རྒྱུད་རིག་  
གནས་དང་བཅས་པའི་གཞུང་དགོངས་འབྲེལ་དང་བཅས་པར་རྣམ་གུངས་  
སྤྱ་ཆོགས་ཆད་མེད་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོགས་མེད་ཏུ་སྒྲུ་བྱས་པ་ནི་ལྟག་ལྟས་  
རྗེས་བཟུང་ཅན་ལྟ་བུ་མ་གཏོགས་སོ་སྒྲེ་པལ་གྱིས་དཀའ་བ་སྒྲོས་མ་དགོས།  
བདག་ནི་སོ་སྒྲེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཆེས་ཞན་ལགས་པས། ཤེས་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཉུང་  
ལ། མི་ཤེས་རྒྱ་ཆད་མེད་པས། རུང་ཟད་ཤེས་པར་བྱུང་ན་ཁོ་རྒྱལ་དང་། མི་  
ཤེས་པ་བྱུང་བར་དགུས་རྒྱལ་མཛོད་པ་འདྲ་ཡང་། བཀའ་གདམས་པའི་བཤེས་  
གཉེན་ཆེན་པོས་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་དབང་བཟུང་བ་ལོས་ཡིན། དོན་རྒྱུད་  
ཅེད་ལུས་དེ་ཙམ་ལ། དོན་ཆེ་བ་བདེན་གཉིས་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཆོས་ཀྱི་

དབྱིངས་ལ་དོན་དམ་མཐར་ཐུག་ཏུ་འདོད་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། དེ་གཟིགས་  
ངོར་བདེན་གཉིས་ཐ་དད་སྤངས་བྱ་དཀར་ནག་བསྒྲིལ་བ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཚུགས་  
སྤེལ་ལྟར་སྤྲང་། སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བའི་དབྱིངས་སྒྲིལ་བྲལ་འབའ་  
ཞིག་དེ་གཟིགས་པ་ལ་དོན་དམ་གཟིགས་པའི་ཐ་སྤྲང་སྒྲིལ་མེད་ཐོབ། བདེན་  
གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་བྱེ་བའི་སྤྲང་རྒྱུད་དེ་འབའ་ཞིག་དོན་དམ་མཐར་ཐུག་  
ཡིན་ན། བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དོན་དམ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ།  
ཀུན་རྫོབ་ཀྱང་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྲང་ཡང་བདེན་  
གཉིས་ཐ་དད་དུ་གཟིགས་དགོས་ཀྱི། བདེན་གཉིས་ཐ་དད་དུ་ཞེན་པའི་དྲི་  
མ་སྤངས་པས་བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་གཟིགས་ཞེས་ཞལ་བཞེས་  
མཛད་པ་ལ་འཐད་བསྒྲུབ་ཏུ་མེད་ཅིང་། སྤྲང་བས་པའི་བདེན་གཉིས་བྱང་  
འབྲུག་གམ་དབྱེར་མེད་ལ་ལན་བརྗོད་བརྒྱུ་ཅི་རིགས་སྤྲང་ལྟོག་གོ། །  
གལ་ཏེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་གཉིས་སྤྲང་གི་བག་ཆགས་སྤྲོ་མོ་ཡང་  
མི་མངའ་བར་ཁས་སྤང་ནས། སྤྲང་ཡང་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་སྤྲང་ཅན་དང་།  
དོན་དམ་གཉིས་སྤྲང་མེད་པ་བྱང་ཚུགས་དང་། རྟོག་རྟོག་མེད་སྒྲིལ་སྒྲིལ་མེད་  
སོགས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཆལ་ཆལ་སྤྲས་པ་དངོས་འགལ་ཡིན་ན་འགལ་  
བ་ཞེས་པ་གཞན་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོད་པས་གཞན་ལ་འགལ་བརྗོད་དོན་མེད་  
དོ། །མངཉ་བམ་མི་སྒྲི་སྒྲེ་བདེན་མེད་མེད་དགག་སྤྲོད་པ་བྱང་ཆད་དང་། བདེན་  
མེད་སྒྲིལ་བྲལ་ནམ་ཀུན་མཚག་ལྟན་གྱི་སྤྲང་ཉིད་བྱང་བྱེས་ན་ནོར་སོ་ཅུང་བྱང་

མེད་དོ། །ཁོང་མཆར་གངས་ལ་དགེས་ཚུལ་མཛད་པས། རོན་དུ་མེད་པའི་  
 གཤལ་མགོར་བཞུགས་སོགས་གསུངས་པ་ལ་མཆར་བྱས། བྱེད་ནི་ཆོག་གི་  
 རྟོག་ཆེན་མཛད་པ་འདི་འདྲའི་ཐུགས་དམ་ལ་སྒྲུ་ཆེ་རིལ་པོར་བརྩོན་པ་མི་སྟོང་  
 པའི་གྲོག་པ་པ་ཡ་མཆན་ཅན་ཞིག་ལེགས་པས། རོན་དུ་མེད་པའི་ཆོགས་  
 དབུས་དེར་སྒྲུབ་དངས་ནས་ཞིག་པ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་བྲི་ལ་བཞུགས་སུ་  
 གསོལ་ཞིང་། མེད་དགག་སྟོང་རྒྱུད་གི་ཆོས་འཁོར་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྒྲོར་བར་མཛད་  
 པ་ལ། མིང་རྒྱུད་བཏགས་ཡོད་ཅེས་གྲི་སྟོང་འབུལ་བྲི་འབུལ་ཕུལ་བར་དགེས་  
 པར་བཞེས་ཤིག་ བརྗོད་མེད་གྲི་ཤེས་བྱ་སྒྲོས་བྲལ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་གསུངས་  
 པ། ཁས་ལེན་འགའི་ཚུལ་ལྟར་ན། སྟོང་ཉིད་སྒྲས་བརྗོད་དུ་མེད་པ་དང་།  
 པའི་མ་མོ་གཤམ་ཡིན་ཞེས་པ་མཚུངས་པར་རང་ཆོག་གིས་བསལ། སྒྲོས་དེ་  
 རྟོགས་ཚུལ་བརྗོད་དུ་མེད་པར་བཤད་ན། གཉིས་སྣང་རུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 རྟོགས་པར་བཤད་པས་རྟོགས་ཚུལ་བརྗོད་དུ་ཡོད་པར་གྲུབ། རི་ལྟ་བུ་བཞེན་  
 བརྗོད་མི་རུང་བར་འཁྲིལ་ན། ལུ་རམ་དང་ལན་ལྟའི་རོ་མྱུང་བ་སོགས་དེ་འདྲ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཐལ་ཆེས། ཆོག་ལ་མི་རྟོན་རོན་ལ་རྟོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཤད་  
 བའི་དེ་འདྲའི་བརྗོད་པ་རིགས་མཐུན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འགལ་མེད་དུ་འགྱུར་  
 ལ། དེ་ལྟ་བུ་རྩོད་པ་ཆོས་ཀྱི་ཐུགས་སུ་རང་ཞིའོ། །བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་སྒྲོས་ཆེ་སྒྲོ་ལྟའི་ཤེས་པ་མ་སྒྲོས་ཐབས་ཆག་ཅི་ཡོད། ཡོད་ན་སྒྲོ་ལྟའི་  
 ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་སེམས་བྱུང་དུ་མ་ཡོད་པས་ད་དུང་བྱེད་གྱིས་སྒྲོས་པ་དེ་

བས་མང་བ་ལུས་ཡོད་པ། བྱིས་པ་གསར་བས་ཤེས་ནུས་རྒྱ་ཡིན་ན་ཀྱང་པོས་  
ལྟ་ཅི་སྒྲོམ། ཐམས་ཅད་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པའི་ཆོག་བྲ་བཟང་བར་གསུངས་  
པ་ཅམ་མོ། །བྱིས་སྐུ་ཆད་མས་མ་དམིགས་ན་མེད་པར་སྦྱིར་ངེས་ཀྱང་། རྒྱུ་  
འཕེན་པས་ལྟོག་གྱུར་རྗེས་དཔག་གིས་གཞལ་བྱར་ཡིན་པ་སྦྱིར་ངེས་ནུས་པ་  
དགའ་ཉེ། རྗེས་དཔག་མི་འདོད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱིར་། སྦྱ་བ་ཕལ་ཆེར་བསམ་  
པའི་འཛིན་ལུགས་ཀྱིས་བརྗོད་པ་ཡིན་པས། ད་དྲུང་ནན་གྱིས་བསྒྲུབ་ན་སྦྱོན་  
མེད་ཅམ་བརྗོད་རྒྱས་དཔལ་བ་མཁས་པའི་ཞལ་ལ་མེད་དོ། །སྟོང་ཉིད་ལ་  
ཆད་མཐའ་སེལ་ནུས་ཡོད་པ་གཞིར་བཅས་ཀྱང་། སྟོང་ཉིད་མེད་དགག་འདི་  
སྤར་ལག་རྒྱུར་པ་ཡིན་པས་ཆད་མཐའ་འགོག་པའི་ནུས་པ་བྱིས་མཆོས་ཀུན་  
རྗོབ་ཆང་ལ་སྟོང་དགོས་པས་ཉ་ཅང་བསེར་ཞད་ཆེ་བ་གཡར་ཆ་བ་ཡིན་ཀྱང་།  
ཉིད་རྣམ་པའི་ཐུགས་ཅེ་གཏད་ཡུལ་འདི་བྱིས་སུ་གནས་གྱུར་ནས་རང་དབང་  
གིས་ཆད་མཐའ་སེལ་བའི་གོ་ཆོད་པོར་གྱུར་པ་ལ་ངེད་ཆོ་ཡང་སྤང་བ་སྟོ། །ཨ་  
མཛར་ཅེད་མོ་ལགས་ཏེ། སྟོང་ཉིད་རྒྱ་འབྲས་སུ་འཆར་ཚུལ་གོ་ཞིང་བདེན་  
གཉིས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་ན། དེ་འདྲའི་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྡན་གྱི་སྟོང་  
པ་ཉིད་ཀྱིས་ཆད་མཐའ་སེལ་བར་ཐེ་ཆོམ་ག་ལ་ཡོད། ཀུན་རྗོབ་དང་དོན་  
དམ་དུ་ཡོད་མེད་ཀྱིས་གོ་ཆོད་མི་ཆོད་སྦྱིར་ཁས་ལེན་ཚུལ་ལྟར་ན། ཀུན་རྗོབ་  
ཏུ་ཡོད་ན་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་ཡོད་གོ་ཆོད་པའམ། དེ་གཉིས་གང་ཡང་མིན་  
པའི་ཡོད་ཚུལ་ལུང་གསུམ་པའི་གོ་ཆོད་པ་ཞིག་བཅུལ། དེ་བཞིན་དོན་དམ་



མེད་པ་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་རམ། གཞན་དུ་གོ་མི་ཆོད་ཚུལ་བརྟག། བྱེད་  
 བར་མ་སྒྱུར་བའི་བརྗོད་པ་དེ་འདྲ་སྒྱིར་ཐ་སྟོན་དུ་གོ་ཚུལ་ལྟར་ན། རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པས་མེད་གོ་མ་ཆོད་ན་དེ་འདྲ་བྱ། དེ་ཐ་སྟོན་དུ་ཡང་མེད་  
 པས་མེད་གོ་ཆོད་ན། དེ་ལས་གཞན་དོན་དམ་དུ་མེད་ལ་མེད་གོ་ཆོད་པ་གྲུ་  
 ས་ཆེན་པོ་རྣམས་སམ་གང་དུ་གཞིན་བཅའ་བར་བྱ། ཐབ་ཀར་ཐོ་བས་བརྟུང་  
 བའི་འོ་བརྒྱལ་མཛད་ཞོར་འདི་ལ་མཁྱེན་པའི་སྒྱུན་ཟུར་ཅམ་གཟིགས་རྒྱ་བྱུང་  
 བ་ལེགས། ཨ་མཚར་ཁུ་བ་དེ་ཅམ་སྟེ། དོན་ལ་རྟོན་པའི་སྒྲོ་ནས་ལེགས་པར་  
 བཤད་ན་ཆོག་ཅམ་ལ་འཆེལ་མི་དགོས་ཏེ་དོན་འདྲ་བར་འབབ་པོ། །འདིར་  
 སྒྲས་པ། སྒྲ་བའི་གྲང་ཆེན་རིགས་པའི་ལུས་སྟོབས་རྒྱས། །མང་ཐོས་སྒྲ་ཞག་  
 རིང་དུ་རྒྱུང་བ་ལ། །ཉམས་རྒྱུང་སྟོང་མན་སྟེའུ་ལྟ་བུ་ཡིས། །ཆོད་པ་བྱས་པའི་  
 རོངས་པ་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །དགོས་མེད་སྒྲ་འཆལ་མང་པོ་སྒྱིར་ཡང་བསྐྱམ། །  
 མཁྱེན་བཟང་ཁྱོད་ཀྱི་གསུང་ཟེར་སྟོ་སྒྲུང་གསལ། །སྒྲུང་བར་ཁྱོད་དང་འགྲོགས་  
 རྣམས་སྐལ་བ་བཟང་། །སྟེ་གཞན་ཡང་དག་ཆོས་བགྲོས་ཆོས་འཛིན་ཤོག །  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏུན་ཁུང་དུ། །རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་གཏུན་བུ་ཡིས། །བདག་  
 འཛིན་རྣམ་རྟོག་བརྟུང་བྱེད་པའི། །གཏུན་བརྟུང་མཆོག་ཏུ་ཁྱོད་གྱུར་ཅིག །  
 ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ཐབ་ཁུང་དུ། །ཀུན་རྫོངས་སྒྲིབ་པའི་བྱང་ཤིང་ཀུན། །  
 ཤེས་རབ་ཆེན་པོའི་མེས་བསྐྱེད་པའི། །སྟེ་གྱེད་མཆོག་ཏུ་ཁྱོད་གྱུར་ཅིག །  
 ཆགས་སྣང་ཚ་གང་འཐབ་པ་ལ། །ཐབས་ཤེས་སྒྲན་ཀྱི་སྒྱིར་བ་ཡིས། །བྱུག་

རུ་བྱུང་ནས་འབྱེན་བྱེད་པ་ལི། །སྤྱོད་པ་མཚོག་ཏུ་ཁྱོད་གྱུར་ཅིག། །དཔེན་པ་  
 བསྟེན་པ་དོན་ལྡན་ཞིང་། །ཆམ་གཡངས་བདུད་ཀྱི་བསྐྱུ་བྱིད་མེད། །ཞི་གནས་  
 ལྷག་མཐོང་ཟུང་དུ་འཇུག། །སྤྱོད་པ་མཚོག་ཏུ་ཁྱོད་གྱུར་ཅིག། །ཐ་སྙད་  
 ཚིག་གི་བརྗོད་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་ཀྱང་། །དོན་ལ་མཁས་པས་དབྱུད་ན་འགལ་  
 མེད་མཐོང་། །དགོངས་པའི་ཚུ་བོ་ངེས་དོན་རྒྱ་མཚོ་ལྟ། །འདྲེས་པར་གྱུར་ན་  
 ཚུད་མེད་ཐམས་ཅད་བདེ། །བདེ་བའི་ལམ་ནས་བདེ་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ། །  
 མཐུན་པའི་རག་གིས་ཚོས་མཐུན་འབེལ་གཏམ་གྱིང་། །རྟོག་པའི་རྒྱབས་ནི་  
 ཞི་གནས་རྒྱ་མཚོ་དྲངས། །མཁུན་གཉིས་འོད་གསལ་ཕྱོགས་རྣམས་གསལ་  
 གྱུར་ཅིག། །ཅིས་པའང་ཀུ་ས་ལི་ཨ་ཇི་ཏའམ་མིང་གཞན་སྒྲིལ་བྱུ་བྱགས་  
 པས་བྲིས་པ་དག་ལེགས་འཕེལ་རྒྱས་བཀྲ་ཤིས་པར་གྱུར་ཅིག། །དགོའོ། །  
 ༥ ཞི་སྒྲིལ། དཀར་ཚོས་ཡོན་ཏན་དཔག་ཡས་ཚངས་པ་ལྷས། །བསེལ་  
 རྒྱུངས་དག་མཚན་ཐོག་མའི་སྒྲིལ་བྱེད། །ཐུགས་བསྐྱེད་སྒྱུ་རངས་པོ་ཉས་  
 འགྲུགས་པའི་མགོན། །བཏ་གྱུབ་ནམ་མཁའི་གྲང་པོས་ཐོགས་བྱུབ་པས། །  
 སྤྱིད་འགོའི་གདུང་བ་བྱུང་ནས་འབྱེན་པ་དང་། །ལན་བདེའི་དུས་ཀྱི་རྒྱབས་  
 ཐེང་གིས་མཛེས་ཤིང་། །བྲལ་སྤྱིན་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པ། །ལེགས་  
 གསུངས་རིན་ཆེན་ཚུ་གཏེར་མཚོག་ཏུ་སྤྱིན། །ཆམ་དག་ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་  
 མའི་ཁང་བཟང་དུ། །མང་ཐོས་ལུང་གི་གཟི་འོད་འབར་བ་དང་། །གཟུངས་  
 སྒོ་བས་ཏིང་འཛིན་འཕྱོར་བའི་གདེང་ཀ་ཅན། །གསར་རྟིང་མཁས་གྱུབ་གྱུ་

དབང་རིམ་པར་བྱོན། །ཉན་བཤད་སུམ་ཅེན་དབང་པོའི་དགའ་ཚལ་ན། །  
 བསྐྱབ་གསུམ་ཅུ་བ་བརྟན་པའི་དཔག་བསམ་ཤིང་། །ཀུན་ཕན་འདོད་དགུ་  
 སྦྱོན་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ། །དྲི་མེད་ལྟ་སྒྲུབ་མཐོན་པོའི་ཁོ་ལག་རྫོགས། །དེང་  
 དུས་རྒྱལ་བསྟན་ཉི་མ་རུབ་རིར་སྟོགས། །བསྟན་འཛིན་པལ་ཆེར་ཞི་བའི་  
 དབྱིངས་སུ་གཟིམས། །འབྲུལ་རྟོག་མཚན་མོའི་སུན་པར་སྟོད་པ་ཡི། །འབྲུང་  
 པོའི་བྱ་ཚོགས་འགལ་འདྲའི་ཅ་ཅོ་སྟོག། །དེ་བྱིར་སྐྱས་བཅས་རྒྱལ་བའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི། །སྦྱི་གཟུགས་གཉིས་པ་རྫོས་འདྲའི་མི་ཡུམ་པ། །འཇགས་བཤད་  
 འབྲུལ་གྱི་བུམ་བཟང་གེ་ཏ་ཀར། །ཟབ་གནད་བདུད་ཅིའི་དག་བྱེད་སྤེལ་བ་  
 ལ། །ཡས་སྒོལ་སྤང་པོའི་འདུ་བ་མང་བྱུང་ཡང་། །སྟོགས་འཐེན་གྱ་གྱའི་  
 བསྟོད་ལ་མི་དགུས་ཤིང་། །གཟུར་གནས་རིགས་ལམ་དྲང་ཐིག་གཙོར་མཛད་  
 པའི། །སྟོ་བཟང་རབ་གསལ་མཚོག་ལ་སྦྱིང་བ་ཡི། །རྩལ་འདི་སྣང་བས་  
 ལྷགས་མིན་ཚོས་ཀྱི་གཏམ། །དཔལ་ལྡན་རྩལ་བའི་བཞེད་སྟོལ་གེ་ལ་ཤར། །  
 ལུང་རིགས་རྒྱུད་པ་བརྒྱད་པའི་ང་ལ། །འཛིགས་མེད་སྟོགས་ཀྱི་སྤང་པོའི་  
 རྣམ་དབྱེད་ལྟ། །སྦྱི་རབས་སྐལ་བཟང་འགོ་བའི་སྟོ་གོས་ཀྱི། །དགའ་སྟོན་  
 འདབ་བརྒྱ་འབྱེད་པའི་ཁུར་འཛིན་ཅིང་། །འགོ་ཀུན་རྫོངས་སུན་དབྱིས་འབྱིན་  
 ཉི་མ་ལྟར། །འཇགས་བཤད་འདི་འདྲའི་ཡོན་ཏན་ལ་དགོངས་ནས། །ཀླུ་  
 རུང་མང་བྱུང་སྒྲུལ། །ཚུས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི། །རང་ལུགས་འཛིན་  
 བཟོད་རིག་པ་འཛིན་པའི་ལུལ། །བསྐྱབ་གསུམ་ཡོངས་རྫོགས་ཡོངས་གཏོར་

སྟོན་མཆོད། དགོ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲ། །སྒྲེས་མཆོག་ཟུང་དེས་ཆོས་སྒྲིན་མཆོག་བསྒྲུན་  
པའི། །རབ་དཀར་དགོ་བའི་སྒྲིན་ལས་བྱུང་བའི་ཆར། །རྒྱལ་བསྟན་དཔྱིད་  
ཀྱི་དཔལ་མོ་འཛིན་མའི་ཁྱོན། །རྟག་རྟུ་མི་རྩལ་ཆེས་བཀྲའི་གསོས་བྱུང་ཏེ། །  
ཕན་བདེའི་འབྱོར་ཆོག་ས་འགོ་ལ་སྒྲིན་གྱུར་ཅིག། །དེ་འཛིན་ཀུན་གྱང་སྒྲོག་སལ་  
འདུལ་བྲིམས་གཙང་། །མི་མཐུན་མིང་ཡང་མི་རྟོད་བྱམས་པའི་ཐུགས། །  
བཤད་སྒྲུབ་འཁོར་ལོ་གཉིས་ལ་རྟག་གཞིལ་ནས། །སྒྲ་ཆེ་མི་འགྱུར་བསྐྱལ་  
བརྒྱར་བརྟན་གྱུར་ཅིག། །འགོ་ཀུན་གནས་སྐབས་རྟོགས་ལྡན་འབྱོར་བཡིས། །  
ཉེར་འཆོ་ཆོག་ས་གཉིས་བསྒྲུབ་ལ་མི་གཡེལ་བར། །བརྩོན་བས་སྤངས་རྟོགས་  
མཐར་ཕྱིན་རང་གཞན་གྱི། །དོན་གཉིས་ལྟན་གྱུབ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་ཤོག། །  
ཅིས་སྤར་བྱང་འདི་ཉིད་སྒྲ་མ་ཞིང་སྒྲིང་གིས་བསྒྲུལ་དོར་དགོ་རྩལ་གཞན་མ་རྒྱལ་གྱིས་སྒྲག་བྲིས་བཅིས་པ་  
དགོ་ལེགས་འཕེལ། །མཐར་མཛུ་ལོ། །



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་བྱུག་པ་འདི་དཔེ་ཆ་འཛིན་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འབྲུང་  
བཤོམས་གྱུང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་ཁབ་སློ་འདོན་པ། ཚུལ་ཁྲིམས་སློ་གྲོས། ཆོས་དབྱེངས་ཉི་མ།  
གཙུག་ལྷན་པ། གང་བསམ་ལྟོན་གྲུབ། སློན་ལམ་རྒྱུ་མཚོ།  
གཞུང་ལས་དོ་དམ་པ། ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ། ཤོང་འབྲས།  
ཁུ་དག་པ། གཞུགས་ཤོག་ཞོར་སྤྱ། འཇམ་མཁའ་འབྲུག་མཚོ།  
ཡིག་སྤྱི་ག་པ། དེ་སྤོང་འཇམ་མཁའ་འབྲུག་མཚོ།  
ཞིབ་འཇམ་མཁའ་པ། གང་དབང་།  
ཕྱི་ཤོག་མཛེས་པ་ཀོད་པ། ཡིག་སྤྱི་ག་མཚོ་རྒྱུང་།

༥ རབ་འབྱུངས་རྒྱལ་པའི་སྒྲིག་ཐུག་མཁོ་ཡམ་ཇེ། ཟུང་རྒྱལ་ཁུང་རྟོགས་པ་རྟུན་པའི་མངའ་བདག་ཆེ།

ཁྱད་པར་བླ་མེད་མ་འཕྱུར་པ་རྟུན་པ་དག་པོར། མཉམ་མེད་མེ་ཡམ་རྒྱུ་མཚོར་གྱུ་མ་པས་འདུད།

སྒྲིག་སྒྱུ་མ་འགྲོ་པའི་མཐོན་གཅིག་ཡིད་པ་ཞིན་ནོར། ཇལ་གསུང་མེ་ཡམ་མཐོན་པོའི་མཚན་ཐོས་ཀྱིས།

དགྲེས་སྒྲོས་སྒྱུན་ཆབ་པས་ཡལ་ཞིན་ཡང་ཡང་པ་ཐུག་སྟེ། རྒྱལ་ལྡན་སྒྲེ་པོའི་ཚོགས་སུ་ལེགས་སྒྲེས་སྒྲེལ།

དཔར་པ་རྒྱན་པ་གྲིས་པའི་རྣམ་དག་ར་དགའ་བ་དང། འདི་ཚོན་རྒྱལ་གསུམ་པས་ག་པའི་དགོ་ཚོགས་ཀྱིས།

མཐའ་ཡས་འཁོར་པའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པའི། སྒྲིབ་སྒྲུག་གིས་རྒྱུར་བྱང་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་ཇོགས་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ནི། མེད་ཀྱི་རང་ལ་མོག་པའི་ལྷ་རྒྱལ། རིགས་དང་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱུ་མཚོའི་བྱུང་བ་དག

པ་ག་འདྲིན་མཚུངས་མེད་བླ་མ་ཡིད་པ་ཞིན་ནོར་བུའི་ཇབ་སྟོན་ལ་སྒྲིལ་བར་བྱང་སྟེ། ལྷ་ག་པས་མ་བློམ་དག་ར་

པོ་རྒྱུད་ལ་པ་ཅང་ས་ནས་ཀུན་མཁྱེན་མེ་ཡམ་རྒྱུ་མཚོའི་གསུང་འབྱུང་དཔར་པ་རྒྱན་ཞུས་པ་འདིས་འཛམ་གླིང་གོ་

ལའི་རྒྱང་འདིར་འཚོ་མེད་ཞི་པའི་ལས་སྟོན་རྣམ་འདྲེན་ཤུ་བྱུ་བྱུབ་པའི་པ་རྒྱན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིན་མོའི་རྒྱང་པ་ལྟ་ར་

རྒྱས་ཤིང། འདི་ལ་མཐོང་ཐོས་ལ་སོགས་འབྲེལ་ཐོག་སྒྲེ་པོ་ཀུན་གྱིས།

པ་སྒྲུབ་གསུམ་རྒྱན་ཐུག་མཁས་པ་ཚུན་པ་ཟང་ཐུག་ལྷ་སྟོན་སྟོན་ཐུག་སོག། ལེགས་ཐུག་མཁའ་ལྟ་ར་མཉམ་པའི་

སྟོན་འདུན་པ་ཅས་ལུལ་རྩུབ་སྒྲུ་མ་ཀུན་པ་ཟང་ག་ལན་པན་སྟོ་གྲོས་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་འཇམ་རྩུལ་ཁྱིམ་ས་

མཐར་ཐྱིན་ནས་པོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷ་གས་རྣམས་ལོའི་བྱུང་དཔར་ལྷ་ལས་པ་པའི་ཚོས་པ་ཟང་

ལ་འཛམ་གླིང་གར་ཐོག་མཚོ་གླིང་གྲེ་མན་ནས་སྒྲེལ་བ་དགའོ། ། སམ་མདྲ་ལོ། །

ཐུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྒྲིན་རུ་འབུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོར་རྒྱུར་མེ་ཚོགས་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ། །

བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་འདི་དག་གིས།

སངས་རྒྱས་ཞིང་ཁམས་བརྒྱན་པ་དང་།

དྲིན་ཅན་བཞི་པོར་ཡར་ལུལ་ཞིང་།

ངན་སོང་སྤྲུག་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཤོག།

གང་གིས་དེ་དག་མཐོང་ཐོས་ནས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པ་དང་།

ཆེ་འདིར་ཆོས་ལ་རབ་བརྩེན་ནས།

ཕྱི་མར་དག་ཞིང་སྐྱེ་བར་བསྐྱོའོ། །

། རྣམ་དཀར་འདི་ཡིས་མཐའ་གྲས་ཞིང་ཀུན་གྱི། །  
 རྣོད་བཅུད་འབྱོར་བ་ལུང་དུ་བྱུང་བ་དང་། །  
 བཀའ་དྲིན་ཞིང་མཆོག་བཞི་ཡི་དྲི་ལན་འཁོར། །  
 ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་ནམ་ཡང་མི་ལྷུང་ཞིང་། །  
 འདི་ལ་ཐོས་སོགས་བགྱིད་པའི་འབྲེལ་ཐོགས་ཀུན། །  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་ཤེས་སྤྱད་བརྒྱན། །  
 འདི་སྣང་འགགས་ཆོ་དག་པའི་ཞིང་བཟང་དུ། །  
 བརྩས་ཏེ་སྦྱིས་ནས་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་སོག། །  
 ཅེས་བ་འདི་ཡང་བར་སྐྱོན་གྱི་བྱ་བཞག་འདིར་འགོ་གོན་  
 གཏོང་མཁན་དང་། ལེགས་བཤད་འདི་ཉིད་འཛིན་འཆང་  
 གྲོག་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་བསྡེའི་སྦྱོན་ཆོག་ཏུ་བྲིས་པའོ། །

སཏྲ་མཁྱེ་ལི། །

ཨོ་ནམ་ཨམི་དུ་སྒྲུལ།

། སྤར་འགོམ་དང་མཐུན་འཇུག་སྦྱོར་མཁན།  
 ཐུའི་ཕན་ནང་པའི་ཤེས་ཡོན་བདེ་ཅུ་ལྷན་ཆོགས།  
 ཕྱག་དེབ་འདི་བཞིན་རིན་མེད་དུ་འགོམ་སྤེལ་བྱེད་པ་ལས་ཆོང་བསྐྱར་བྱེད་མི་ཆོག།  
 སྤར་སྐྱོན་བྱེད་ལུང་ཐུའི་ཕན།



*“Wherever the Buddha’s teachings have flourished,  
either in cities or countrysides,  
people would gain inconceivable benefits.  
The land and people would be enveloped in peace.  
The sun and moon will shine clear and bright.  
Wind and rain would appear accordingly,  
and there will be no disasters.  
Nations would be prosperous  
and there would be no use for soldiers or weapons.  
People would abide by morality and accord with laws.  
They would be courteous and humble,  
and everyone would be content without injustices.  
There would be no thefts or violence.  
The strong would not dominate the weak  
and everyone would get their fair share.”*

~ THE BUDDHA SPEAKS OF  
THE INFINITE LIFE SUTRA OF  
ADORNMENT, PURITY, EQUALITY  
AND ENLIGHTENMENT OF  
THE MAHAYANA SCHOOL~



# DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn the Buddhas' Pure Lands,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

**NAMO AMITABHA**

**南無阿彌陀佛**

《藏文：米滂仁波切文集 第二十冊》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by  
**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྤྱི་དུ་འབུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོར་བསྐྱེད་མི་ཚོ་གཤམ་དགོངས་འཇགས་ལྟ།

3000 copies; January 2011

**TI570**



**TI570**